ڈاکٹر فرقان سرمد

ڈاکٹر فرقان سرمد کی تصانیف

مکتبۂ احیائے علوم

پوسٹ بکس نمبر 8178 کراچی 75950 پاکستان

- نیل القرآن
- ٹیلی پیتھی کے اسرار
- آئینۂ مسمریزم
- بوستانِ تحریر
- قاموس النجوم
- قدسی فالنامہ
- حسنِ روحانیت
- تقدیس طلسم
- ساعات کی حقانیت
- انجکشن کی حکمت
- ہدیہ شمس
- فروغ الیکٹروہومیوپیتھی
- فیضانِ خواب
- خزینہ اہرامیات
- سریع التاثیر اسماء
- سرمدی اٹلس
- ہپناٹزم کے اعجاز
- آثار یوگا
- غنچۂ رمل
- پتے کا حکم
- ہاتف قمر
- پامسٹری کے معجزات
- مصباح الجواہرت
- نوشتۂ اعداد
- انعام ہی انعام
- فیض بایوکیمک
- ہومیوپیتھی کی بہاریں
- حدیث قیافہ
- روح الجفر
- جدید مجربات
- روحانی سائنس
- دائمی نقوش
- دوامی طلسمات
- کاشف قرآن
- سرمدی علم الحروف

آئینہ مسمریزم

ڈاکٹر فرقان سرمد

مکتبہ احیاء العلوم
معرفت پوسٹ بکس نمبر 8178 کراچی۔ 75950
پاکستان

نام کتاب	آئینہ مسمریزم
ازقلم	ڈاکٹر فرقان سرمد
اشاعت اول	ماہ جون 2003ء
تعداد	1,000
ہدیہ	100 روپے صرف
طابع	احمد برادرز۔ ناظم آباد کراچی
کمپوزنگ	شگفتہ کمپوزنگ و گرافک سینٹر کراچی
ناشر	مکتبہ احیاالعلوم۔ معرفت پوسٹ بکس نمبر 8178 کراچی 75950 پاکستان
ملنے کا پتہ	شاپ نمبر۔10 ہنی پیلس SB-3' بلاک 13-C مین یونیورسٹی روڈ گلشن اقبال کراچی۔ 75300

Dr.Furqan Sarmad
E-mail address:dr_furqansarmad@hotmail.com

فہرست

❁❁❁❁

انتساب
اپنے استاد محترم کے نام
جنکی تعلیمات نے میرے شعور
میں ایک ایسی قندیل روشن کر
دی جسکے اثر کو اب اہل عالم
محسوس کرتے ہیں۔
ڈاکٹر فرقان سرمد عفی عنہ

تمہید

بسم اللہ الرحمن الرحیم

تمام حمد و ستائش اس ذات کے لئے ہے جس نے میری راہنمائی اس حسین منزل کی طرف کردی ۔ اگر مجھے یہ راہنمائی نہ ملتی اور میں اسے اختیار نہ کرتا تو کبھی اس مقام تک نہ پہنچ سکتا ۔

جو لوگ اس علم کو سیکھیں گے انہیں اللہ کی نصرت اور اسکی کائناتی قوتوں کی تائید حاصل رہے گی ۔

اس کتاب کی تحقیق پر میری زندگی کے 22 قیمتی سال صرف ہوئے اور 2 سال 9 ماہ تک اسے قسط وار اوج روحانی میں شائع کرتا رہا ۔ اب قارئین کے لئے کتابی صورت میں پیش کررہا ہوں ۔ امید ہے کہ بے شمار لوگوں کے علم میں اسکے مطالعے سے اضافہ ہوگا اور بے شمار لوگ اس علم سے فیض پائیں گے

ڈاکٹر فرقان سرمد

26 فروری 2000ء

افتتاحیہ

بسم اللہ الرحمن الرحیم

اس علم کا نام مسمریزم مشہور جرمن طبیب ایف ۔ اے مسمار (1733ء تا 1815ء) کے نام پر رکھا گیا ہے ۔ عربی میں اسے التنویم المغناطیسی کہا جاتا ہے ۔ اس علم میں دراصل انسان کی حیوانی کشش مقناطیسی میں اضافہ ہوجاتا ہے ۔ جسکے مطابق عامل پر تنویمی کیفیت طاری ہوجاتی ہے ۔ جسکا اثر معمول (Medium) کو منتقل ہوجاتا ہے اور وہ پھر اس اثر سے شفایاب ہوجاتا ہے ۔ قرآن حکیم میں ارشاد ہوتا ہے کہ :

o اللہ وہ ہے جسکے سوا کوئی بندگی کے لائق نہیں ۔ وہ زندہ ہے ۔ قائم رہنے والا ہے ۔ اس پر نہ تنویمی کیفیت طاری ہے اور نہ ہی نیند ۔ آسمانوں اور زمینوں میں جو کچھ ہے اسی کا ہے ۔ (بقرہ ۔ 255)

o اس نے رات کو تمہارے لئے پردہ پوش بنایا اور نیند کو ایسا بنایا کہ (اس میں تمہارا شعور وقتی طور پر حالت تنویم میں چلا جاتا ہے اس طرح تمہارے اعصاب کو) سکون مل جاتا ہے ۔ اسکے بعد دن نمودار ہوجاتا ہے ۔ جس میں تم پھر کھڑے ہوتے ہو اور اپنے کام کاج کے لئے ادھر ادھر پھیل جاتے ہو (فرقان 47)

o اور نیند (حالت نوم یعنی تنویمی کیفیت) کو تمہارے لئے موجب آرام بنایا ۔ اس طرح تمہاری صرف شدہ توانائیاں لوٹ آتی ہیں ۔ (نبا ۔ 9)

o تم رات کو سوتے ہو (یعنی حالت تنویم میں ہوتے ہو) اور دن کو تلاش معاش کرتے ہو ۔ (روم ۔ 23)

o نیند کی حالت (حالت تنویم) میں یا موت کی صورت میں انسانی شعور

باقی نہیں رہتا نیند کے بعد جب انسان بیدار ہوجاتا ہے تو اسکا شعور واپس آجاتا
ہے ۔ (اسکا مطلب یہ ہوتا ہے کہ انسان کا شعور کچھ وقت کے لئے معطل ہوجاتا
ہے) لیکن موت کی صورت میں وہ شعور اسکے طبعی جسم کی طرف لوٹ کر نہیں آتا
(یعنی جہاں تک اسکی اس دنیا کی زندگی کا تعلق ہے وہ سلب ہوجاتا ہے) ان
دونوں حالتوں میں جب شعور کار فرما نہیں ہوتا انسان اپنے اختیار و ارادہ کو کام
میں نہیں لاسکتا ۔ ان حقائق میں ان لوگوں کے لئے جو غور وفکر سے کام لیں ۔
حقیقت تک پہنچنے کی واضح نشانیاں ہیں ۔ (زمر ۔ 42)

حیوانی کشش مقناطیسی کی صلاحیت انسان میں ازل سے ہے لیکن اسے
مسمائر نے پہلی مرتبہ ایک عملی ، تحقیقی اور طبی انداز میں پیش کیا جس کی وجہ
سے اس علم روحانی کی شہرت مسمریزم کی حیثیت سے ہوئی ۔ آپ نے اگر آیات
قرآنی پر غور کیا تو اندازہ ہوجائے گا کہ اس علم کے ذریعے کسی بھی شخص پر وقتی
طور پر ایک غنودگی طاری کردی جاتی ہے اور پھر ہاتھ کے مساج سے یا چند
کلمات کے دوہرانے سے مریض کے اعصاب و ذہن پرسکون ہوجاتے ہیں اور اس
کی تکلیف کم سے کم تر ہوجاتی ہے ۔ یہ عمل اسلئے کامیاب رہتا ہے کہ حالت
تنویم میں اسکا شعور معطل ہوجاتا ہے اور پھر جو باتیں اسے اس حالت میں بتائی
جاتی ہیں وہ ان پر غور کرتا ہے اور اس طرح اسکے جسم سے جو توانائیاں ضائع
ہوچکی ہوتی ہیں وہ لوٹ آتی ہیں اور وہ ایک نارمل انسان بن جاتا ہے ۔

ڈاکٹر فرقان سرمد

مسمریزم کیا ہے ؟

یہ ایک طریقہ علاج ہے جس میں مریض پر تنویمی نیند طاری کردی جاتی
ہے اور پھر اس کے عصبی اختلال کا علاج کیا جاتا ہے ۔ اس طریقہ علاج کا بنیادی
انحصار انسانی کشش مقناطیسی پر ہے ۔ جدید دور میں اس طریقہ علاج کو تحلیل
نفسی کے لئے استعمال کیا جانے لگا ہے ۔ مسمائر نے خاص طور پر ہسٹریا کے
مریضوں کا علاج اس طریقے سے نہایت کامیابی سے کیا تھا ۔ مسمائر کے اصولوں
کے مطابق فی زمانہ ایک ایسا ٹب (Tub) بھی ایجاد ہوا ہے جس میں حیوانی
کشش مقناطیسی پیدا کی جاتی ہے اور اس میں بیٹھ کر نہانے سے تمام عصبی اور
ذہنی بیماریاں دور ہوجاتی ہیں ۔

فرانزانطون مسمائر کی تحقیقات سے اسے ، اندازہ ہوا کہ ہر آدمی کے اندر
ایک طرح کی حیوانی مقناطیسی کشش ہوتی ہے جو اسکے ہاتھوں سے اور آنکھوں
سے خارج ہوتی ہے اور جسے جسم میں داخل کرکے کسی کا بھی علاج کیا جاسکتا ہے

مسمائر نے اپنے کام کو فرانس ، سوئٹزرلینڈ اور آسٹریلیا میں زیادہ پروان چڑھایا
تھا ۔ مسمائر کی اس نئی تحقیق سے اس زمانے کے بڑے بڑے لوگوں نے بھی
استفادہ کیا تھا ۔ (JOY OF KNOWLEDGE ENCYCLOPAEDIA

حیوانی مقناطیسی کشش کیا ہے

یہ ایک ایسی لطیف قوت ہے ۔ جو کل خالق کائنات کی جانب سے ہر ذی
روح کو عطا ہوتی ہے ۔ مگر چونکہ صرف انسان ہی ایک اشرف مخلوق ہے جو اس
صلاحیت کو کوششوں سے پروان چڑھا کر خود فیض حاصل کرسکتا ہے ۔

اگرچہ یہ حقیقت ہے کہ یہ علم کوئی کرامت یا معجزہ نہیں ہے تاہم جو لوگ اس علم کو سیکھ کر احسن طریقے سے خلق خدا کی بہتری کے لئے استعمال کرتے ہیں وہ ضرور معاشرے میں باعزت مقام پاتے ہیں ۔

مسمریزم سیکھنا:

میرے تجربے اور مشاہدے میں یہ بات ہے کہ اس علم کو سیکھنا نہایت آسان ہے ۔ مگر اسکے لئے بنیادی شرط ذہنی یکسوئی ہے ۔ واضح رہے کہ یہ علم نہ تو سحر و جادو ہے ۔ نہ ہی کشف و کرامت ہے ۔ بلکہ صرف اور صرف اپنی حیوانی مقناطیسی کشش سے کام لینے کا ایک ذریعہ ہے ۔ مختلف عصبی امراض کے علاج میں اس سے مدد لی جاسکتی ہے ۔ اسکے علاوہ یہ کسی اور کام میں مفید نہیں ہے ۔

اہم بات:

مسمریزم کے علم کو سیکھنے کے لئے آنکھ ، ہاتھ ، سانس اور تصور کی صلاحیتوں کو بہتر بنانا ضروری ہوتا ہے ۔

اس کے لئے ہم آگے چل کر مختلف معلومات اور اسباق فراہم کریں گے ۔

اہم شرائط اور اصول:

جو لوگ اس علم کو سیکھنا چاہتے ہیں ان کے لئے لازم ہے کہ وہ درج ذیل شرائط اور اصولوں کو مدنظر رکھیں ۔

1- اس بات کو ذہن میں راسخ کرلیں کہ اللہ کے سوا کوئی اس کائنات میں صاحب اقتدار و اختیار نہیں ۔

2- انسان کے پاس جو بھی علم و بصیرت ہے وہ صرف خالق ارض و سما کی

عنایت ہے ۔

3- کسی کی بھی اندھی تقلید ہرگز نہ کریں ۔

4- ثبات قلب پیدا کریں ۔

5- لمحہ بہ لمحہ اپنی روش نہ بدلیں ۔

6- کام کاج سے گریز اختیار نہ کریں ۔

7- رنگ ، زبان اور نسل وغیرہ کے تعصبات سے خود کو بالاتر کرلیں ۔

8- اس علم کو حاصل کرکے اللہ کے مقررہ کردہ قانون کے مطابق صرف انسانیت کی بھلائی کے لئے استعمال کریں ۔

9- ہر حال میں اپنے جذبات پر قابو رکھیں ۔

10- توہم پرستی سے بچیں ۔

11- مشکلات میں ثابت قدم رہیں ۔

12- کسی سے نفرت نہ کریں ۔

13- محتاجوں اور مسکینوں کا خیال رکھیں ۔

14- کسی بھی معاملے میں اعتدال کا دامن ہاتھ سے نہ چھوڑیں ۔

15- کسی پر لعنت ملامت نہ کریں ۔

16- جائز اور حلال ذریعے سے معاش حاصل کرکے گزر بسر کریں ۔

17- ظاہری پوشاک صاف اور دیکھنے میں عمدہ ہو ۔

18- انکساری اور حلم و بردباری سے کام لینا سیکھیں ۔

19- جلد بازی سے گریز کریں ۔

20- کامل اعتقاد اور یقین سے کام کریں ۔

21- اپنی دلی آرزوئیں کسی پر ظاہر نہ کریں ۔

22- غصہ سے مکمل گریز لازم ہے۔

23- رات کی تنہائی میں غوروفکر کی عادت ڈالیں۔

24- قرآن حکیم کی چند آیات کا روزانہ ترجمہ پڑھیں اور ان پر غور کرنے کی عادت ڈالیں۔

خاص بات:

قرآن حکیم میں ارشاد ہوا کہ

اللہ کا عذاب بستیوں میں رہنے والوں پر اکثر رات میں واقع ہوتا ہے۔ جب وہ بے خبر سو (تنویم کی حالت میں) رہے ہوتے ہیں۔(اعراف۔97)

○ تو ایک عذاب آگیا۔ اللہ کے عذابوں میں سے اور وہ ابھی (حالت تنویم میں تھے) سو رہے تھے۔(قلم۔19)۔

ان دو آیات کے مطالعے سے یہ بات پتہ چلتی ہے کہ رات کے وقت اس کا یعنی مسمریزم کا عملی مظاہرہ نہیں کرنا چاہیئے۔ تمام لوگ خاص طور پر نوٹ کرلیں۔

مسمریزم اور علم نجوم:

عام طور پر اس علم میں وہ لوگ مہارت پیدا کرسکتے ہیں جن کے طالع پر برج حوت کا دوسرا چہرہ یعنی 6 سے 10 واں درجہ طلوع ہو اور مریخ اس میں ہو

کسی بھی کام میں کامیابی کے لئے اعتقاد اور یقین سب سے پہلی چیز ہے۔ اور اعتقاد و یقین مسمریزم کا عمل کرنے والے اور معمول یعنی جس پر یہ عمل کیا جائے دونوں میں بدرجہ اتم موجود ہونا ضروری ہوتا ہے۔ آیئے میں آپ کو بتاتا

ہوں کہ مسمریزم میں کامیابی کیلئے آنکھوں میں مقناطیسی کشش کیسے پیدا کی جاسکتی ہے۔

آنکھوں میں مقناطیسی کشش:

کسی بھی شخص پر مسمریزم کی کیفیت طاری کرنے کے لئے ضروری ہوتا ہے کہ مسمریزم کے ماہر شخص کی آنکھوں میں بلاکی کشش ہو تاکہ جب وہ مریض پر بھرپور نظر ڈالے تو اس پر غنودگی طاری ہوجائے۔ اور وقتی طور پر اسکی آنکھوں پر پردہ پڑجائے۔ وہ وقتی طور پر غافل ہوجائے۔

طریقہ مشق:

ایک قد آدم آئینہ کے سامنے اس طرح سے کھڑے ہوں کہ آپ کے اور آئینے کے درمیان کم از کم تین فٹ کا فاصلہ ہو۔ اب آئینہ میں اپنی آنکھوں پر نظر جما دیں۔ اور کم از کم تین منٹ تک مسلسل دیکھنے کی کوشش کریں۔ اگر پلکیں شروع میں جھپک جائیں تو قطعاً فکر کی ضرورت نہیں بلکہ کوشش کریں کہ تین منٹ تک مسلسل آپ کی نظریں آپ کی دونوں آنکھوں پر رہیں۔ جب تین منٹ تک نظریں جمنے لگیں تو پھر روزانہ 15 سیکنڈ کا اضافہ کرتے جائیں حتیٰ کہ آپ پندرہ منٹ تک ٹکٹکی باندھ کر اپنی نظروں کو دیکھنے میں مہارت پیدا کریں

یاد رکھیئے کہ دوران مشق آنکھیں تھک جاتی ہیں۔ اسلئے مشق کے فوراً بعد آنکھوں کو ٹھنڈے پانی میں قدرے عرق گلاب ملاکر دھولینا چاہیئے۔

طلسمی جملہ:

درج بالا مشق کے دوران یہ طلسمی جملہ ذہن میں رکھیں کہ:

" میں اللہ کی آنکھوں کے سامنے ہوں ۔"

آزمائشی تجربہ:

جب 15 منٹ تک نظریں جمانے کی صلاحیت پیدا ہوجائے تو پھر بس یا ویگن میں سفر کرتے ہوئے یا راہ چلتے ہوئے کسی بھی شخص کی گردن پر یا سر کے پچھلے حصے پر نظریں جماکر آپ یہ خیال کریں کہ وہ پلٹ کر آپ کو دیکھے ۔ صرف چند سیکنڈ کے بعد وہ شخص آپ کی طرف بلا کسی ارادہ کے پلٹ کر دیکھے گا ۔ اور آپ شروع میں تو حیران رہ جائیں گے لیکن بعد میں یہ سمجھ لیں کہ یہ کوئی بڑی بات نہیں ہے ۔ بلکہ یہ آنکھوں میں مقناطیسی کشش کا ایک ادنی سا تجربہ ہوگا ۔ اسی طرح اگر آپ اپنے کسی عزیز یا دوست یا واقف کار کی تصویر پر نظریں جماکر اسے کوئی ترغیب دیں گے تو وہ فوراً قبول کرے گا اور مطلوبہ وقت پر آپ کی دی ہوئی ترغیب کے مطابق عمل کرے گا ۔ اگر آپ کو اس تجربے میں ابتداء میں کامیابی ہوئی تو آپ سمجھ لیں کہ آپ میں مسمریزم کی بے پناہ صلاحیت ہے ۔ آپ میں ذوق و شوق بھی بڑھ جائے گا اور آپ زیادہ یکسوئی سے اس علم کو سیکھ سکیں گے ۔

خاص ہدایات

1۔ صبح فجر کے وقت بیدار ہونے کی عادت ڈالیں اور صلوۃ الفجر لازمی ادا کریں ۔

2۔ قرآن الحکیم کی چند آیات بمعہ ترجمہ لازمی پڑھیں اور ان آیات پر تفکر کی عادت ڈالیں ۔

3۔ جب گھر سے باہر نکلیں تو مظاہر فطرت پر توجہ کریں ۔

4۔ اللہ کا شکر ہر حال میں ادا کریں ۔

5۔ ہر حال میں اللہ کے کرم کی امید رکھیں ۔

6۔ صبر و تحمل سے کام لیں ۔

7۔ دنیاوی چیزوں کا لالچ اپنے دل میں پیدا نہ ہونے دیں ۔

8۔ غمگین نہ ہوں ۔

نوٹ ...... مشق کے دوران آنکھوں پر زیادہ زور نہ ڈالیں تاکہ آنکھیں نہ تھکیں بلکہ جب تھکن محسوس ہو تو چند سیکنڈ کیلئے آنکھوں کو آرام لازمی دے لیں

مسمریزم میں وہی لوگ مہارت پیدا کرسکتے ہیں جو خود اپنے آپ کو دھوکا نہیں دیتے ۔ سرکشی اختیار نہیں کرتے ۔ حق کے نظام کے قیام کیلئے مال و دولت خرچ کرتے ہیں ۔ معاشرتی تعلقات میں رواداری سے کام لیتے ہیں ۔ استقلال و استقامت کا مظاہرہ کرتے ہیں ۔

مسمریزم میں قوت مقناطیسی کو انگلیوں کے پوروں سے خارج کیا جاتا ہے گویا انسان کے اندر جو مقناطیسی اثرات پوشیدہ ہیں انہیں دوسرے کے جسم میں منتقل کیا جائے تاکہ وہ صحت مند ہوجائے ۔ انگریزی میں یہ فعل " پاس کرنا " کہلاتا ہے ۔ اردو میں حرکات دستی یا جھاڑنا اور ہندی میں جھاڑا کہلاتا ہے ۔ اس مقصد کیلئے انگلیوں کو تھوڑا سا ٹیڑھا کرکے کسی جاندار یا بے جان پر اسکا عمل کیا جاتا ہے ۔

اقسام پاس (PASS) :

اصطلاح مسمریزم میں پاس کی بارہ اقسام ہیں جنکی تفصیل ہم یہاں معلومات کیلئے درج کررہے ہیں ۔

1- طویل پاس:

لیٹے ہوئے انسان پر سر سے پاؤں تک ہاتھوں کو پھیرا جاتا ہے تاکہ مقناطیسی اثر اسکے جسم میں پھیل جائے اور جسم سے فاسد مادہ خارج ہوجائے۔

2- الٹے طویل پاس:

اس عمل میں پاؤں سے سر تک ہاتھوں کو پھیرا جاتا ہے۔ یہ طویل پاس کے برخلاف عمل ہوتا ہے۔ اسکا مقصد یہ ہوتا ہے کہ یہ مسمریزم کے اثر سے تنویمی کیفیت کو دور کیا جاسکے۔

3- افقی پاس:

اس طریقے میں انسان کو بٹھاکر عمل کیا جاتا ہے۔ تاکہ مقناطیسی اثر اسکے وجود پر ہو اور وہ صحت یاب ہوجائے۔

4- چھوٹے پاس:

جسم کے کسی مخصوص حصے پر ہاتھوں کو اسطرح سے پھیرا جائے کہ اس حصے سے پاس شروع ہو اور دوسرے حصے پر ختم ہوجائے۔

5- الٹے چھوٹے پاس:

اس میں نیچے سے اوپر تک ہاتھوں کو اسطرح پھیرا جاتا ہے کہ وہ حصہ پوری طرح مقناطیسی اثر سے آزاد ہوجائے۔

6- مقامی پاس:

اس میں جسم کے کسی ایک حصہ کے ایک مقام پر ہاتھوں کو تھوڑے فاصلے سے پھیرا جاتا ہے۔ درد وغیرہ کے علاج کے لئے استعمال کیا جاتا ہے۔

7- کشش پاس:

اس عمل میں مضبوط قوت ارادی بنیادی شرط ہوتی ہے۔ اس میں کوئی طلائی ڈوری استعمال کی جاتی ہے اور عام طور پر تماشا دکھانے کیلئے کیا جاتا ہے۔ میرے نزدیک اس پاس کی عملی طور پر کچھ حقیقت نہیں ہے۔ عام طور پر حساس طبیعت لوگوں پر اس کا اثر جلد ہوتا ہے۔

8- فرضی پاس:

اس عمل میں قوت ارادی اور قوت متصورہ کا مضبوط ہونا ضروری ہوتا ہے۔ دور دراز مریضوں پر اس کا عمل نہایت موثر ہوتا ہے۔

9- دافع پاس:

اس عمل کے ذریعے ہر طرح کے اثرات کو دور کرنے کیلئے استعمال کیا جاتا ہے۔

10- نزدیکی پاس:

عام طور پر مرض کو دفع کرنے کیلئے نسبتاً قریب سے انگوٹھے کے ساتھ تین انگلیاں نیز ہتھیلی کے نصف حصے کو نہایت آہستگی سے مقام متاثر پر لگاتے ہیں۔

11- سیدھے پاس:

اس عمل کو بھی سر سے پاؤں تک کیا جاتا ہے۔ اسکا مقصد مریض پر تنویمی کیفیت طاری کرنا ہوتا ہے۔

12- کافوری پاس:

قوت مقناطیسی کا اثر مریض کے دل و پھیپھڑوں پر پڑنے اور سانس لینے

میں دشواری ہو تو یہ عمل کیا جاتا ہے ۔

دونوں ہتھیلیوں کو معمول کی یا مریض کی پسلیوں پر اس طرح رکھا جاتا ہے کہ ہتھیلیاں تو جسم سے مس ہوں مگر فوراً ہٹا بھی لیا جائے ۔ اس عمل کو دونوں پہلوؤں سے اوپر سے نیچے کی طرف دونوں ہاتھوں سے بیک وقت کیا جائے 5 سے 7 مرتبہ اس عمل کو دوہرانے سے زائد قوت مقناطیسی مریض کے جسم سے خارج ہوجاتی ہے ۔

ہاتھوں میں مقناطیسی کشش:

مسمریزم میں مہارت کے لئے ضروری ہے کہ آنکھوں کے بعد ہاتھوں میں بھی مقناطیسی کشش ہو ۔ تاکہ آپ کی انگلیوں کے پوروں اور ہتھیلیوں سے خارج ہونے والی مقناطیسی شعاعیں مریضوں کو شفایاب کرسکیں ۔

طریقہ مشق:

تنہا مقام پر اس طرح بیٹھیں کہ آپ کی پوزیشن آرام دہ ہو ۔ اپنے سامنے ایک اسفنج کا تکیہ رکھیں اور 20 سے 30 منٹ تک اپنے ہاتھوں کو اس پر چھ انچ کے فاصلے سے دائیں سے بائیں پھیریں ۔ اگر ہاتھ تھک جائیں تو چند منٹ آرام کرکے پھر اس عمل کو دوہرانا شروع کردیں ۔ جب پندرہ دن تک یہ ہوجائے تو پھر مزید پندرہ دن بائیں سے دائیں ہاتھوں کو پھیرنے کی مشق کریں ۔

طلسمی جملہ:

درج بالا مشق کے دوران یہ طلسمی جملہ ذہن میں رکھیں کہ:

" اللہ کا ہاتھ میرے ہاتھوں پر ہے ۔"

آزمائشی تجربات:

جب 30 منٹ تک ہاتھوں کو پاس کرنے میں مہارت ہوجائے تو دیکھیں کہ آپ کے ہاتھوں اور انگلیوں کی پوروں پر ایک مخصوص سنسناہٹ محسوس ہوتی ہے یا نہیں ۔

آئینہ میں اپنے عکس پر بائیں ہاتھ سے پاس کریں ۔ دوران پاس یہ ذہن میں رہے کہ آپ اس عکس کو گہری نیند سلا رہے ہیں ۔ اگر پندرہ منٹ میں غنودگی طاری ہونے لگے تو سمجھیں کہ آپ کو پاس کے عمل میں مہارت پیدا ہوچکی ہے ۔

چہرے پر پاس کرتے وقت دائیں ہاتھ سے سردی اور بائیں ہاتھ سے گرمی محسوس ہوتی ہے ۔

یہ اندازہ لگانے کی کوشش کریں کہ دوسرے لوگ آپ کے ہاتھوں میں چمک اور کشش محسوس کرتے ہیں یا نہیں ۔

خاص ہدایات

1۔ فجر کے وقت بیدار ہوں ۔ صلوۃ الفجر ادا کریں ۔ پھر اپنے دونوں ہاتھوں کو بغل میں دبا کر کم از کم 4 منٹ رکھیں ۔

2۔ قرآن حکیم کی چند آیات بلاناغہ بمعہ ترجمہ پڑھیں ۔

3۔ ہمیشہ پاک صاف رہیں ۔

4۔ نشہ کسی قسم کا نہ کریں ۔

5۔ اللہ سے ڈرتے رہیں ۔

6۔ جسم سے آپ کے ہاتھ ہرگز مس نہ ہوں ۔

7- ہاتھوں کا فاصلہ جسم سے کم سے کم 2 انچ اور زیادہ سے زیادہ 6 انچ ہو۔

نوٹ .... مشق کے دوران اگر بازو تھک جائیں تو لازمی تھوڑی دیر آرام کرلیں کیونکہ جبر کرنے سے ذہن پر برا اثر پڑتا ہے۔

مسمریزم میں وہی لوگ کامیاب ہوتے ہیں جو اپنی ذاتی زندگی میں اعتدال کا دامن نہیں چھوڑتے بلکہ اپنے سب کاموں کو اعتدال میں کرتے ہیں۔ وقت کی پابندی ہر حال میں کرتے ہیں۔

سانسوں میں مقناطیسی کشش:

دنیا کے ہر ملک اور ہر خطے کے لوگوں کے دل میں تین خواہشیں ہوتی ہیں ایک یہ کہ وہ ہمیشہ جوان رہے۔ دوسرے یہ کہ طویل عمر تک زندہ رہے۔ تیسرے یہ کہ ہر حال میں خوش رہے۔ یہ تین خواہشیں نہایت فطرتی ہیں اور ہر شخص کے مزاج یا سوچ کا لازمی حصہ ہیں مگر یہ خواہش انہیں لوگوں کی پوری ہوتی ہیں جنکی صحت اچھی رہتی ہے۔ جو ہمیشہ طہارت کا خیال رکھتے ہیں اور پاکیزہ طرز زندگی گزارتے ہیں۔

طریقہ مشق:

کسی کھلی اور پر فضا مقام پر آلتی پالتی مار کر بیٹھ جائیں۔ گردن اور کمر ایک سیدھ میں رہے سینہ تان لیں۔ اب دونوں نتھنوں سے آہستہ آہستہ سانس اندر کھینچیں حتیٰ کہ ناف تک سانسوں کو بھر لیں۔ جتنا وقت سانس اندر لینے میں لگے۔ اتنی ہی دیر سانس کو پیٹ اور سینے میں روکیں اور پھر اتنے ہی دیر میں خارج کردیں۔ شروع میں وقت 20 سیکنڈ سانس لینے۔ 20 سیکنڈ روکنے اور 20 سیکنڈ خارج کرنے میں لگے گا۔ پھر روزانہ چند سیکنڈ کا اضافہ کرتے جائیں۔

جب اچھی طرح سے عبور ہوجائے تو پھر سانس روکنے کا وقفہ بڑھاتے جائیں۔ اور 30 منٹ تک سانس روکنے کی کوشش کریں۔

اگر آپ 30 منٹ تک سانس روکنے میں کامیاب ہوجائیں تو سمجھ لیں کہ کامیابی آپ کے قدم چومنے والی ہے۔ آپ اپنے وجود کو سطح زمین سے بلند ہوتا ہوا محسوس کرنے لگیں گے۔ سردی و گرمی کا احساس ختم ہوجائے گا۔ ہر قسم کے مرض سے نجات پالیں گے۔ جسمانی طاقت اور خوبصورتی میں نمایاں بہتری و ترقی ہوجائے گی۔ بھوک پیاس پر کنٹرول ہوجائے گا۔ اور طوالت عمری حاصل ہوجائے گی۔

طلسمی جملہ:

درج بالا مشق تنفس کے دوران یہ طلسمی فقرہ یا جملہ ذہن میں رکھیں کہ

"میری منشاء اللہ کی مشیت کے ساتھ ہم آہنگ ہے۔"

فوائد:

اس مشق کو کرنے سے مندرجہ ذیل فوائد حاصل ہوتے ہیں۔

1- پھیپھڑوں کی طاقت بڑھ جاتی ہے۔
2- قبض کی شکایت ختم ہوجاتی ہے۔
3- جگر کی خرابیاں دور ہوجاتی ہیں۔
4- جسمانی نظام درست طور پر کام کرنے لگتا ہے۔
5- دماغ روشن ہوجاتا ہے اور ذہنی صلاحیتوں میں بے انتہا اضافہ ہوجاتا ہے۔

آزمائشی تجربہ:

ایک مصری کا ٹکڑا اپنے سامنے کسی طشتری میں رکھ کر، رکھ لیں ۔ سانس کو روک لیں ۔ اور ذہن میں یہ جملہ دوہرائیں کہ جو شخص اس مصری کو کھائے گا اسکے سرکش جذبات ٹھنڈے ہوجائیں گے ۔ 15 منٹ تک یہ جملہ ذہن میں دوہراتے رہیں ۔ پھر کسی ایسے شخص کو یہ مصری کھلادیں جسکے جذبات سرکش ہوں ۔ اگر آپ یہ نوٹ کرلیں کہ اس شخص کے سرکش جذبات سرد ہوگئے ہیں تو گویا آپ کامیاب ہوچکے ہیں ۔ آپ تمام انسانوں کے امراض جسمانی و روحانی کو فوراً دور کرسکنے کی صلاحیت حاصل کرچکے ہیں ۔

خاص ہدایات

1۔ فجر کے وقت بیدار ہو کر صلوۃ الفجر ادا کریں ۔
2۔ قران حکیم کی چند آیات بمعہ ترجمہ روزانہ پڑھیں ۔
3۔ ہر کام احتیاط سے کریں ۔
4۔ مشکلات سے نہ گھبرائیں بلکہ مزاج میں استقلال پیدا کریں ۔
5۔ اپنی ذات پر بھروسہ کریں ۔ اپنی مدد آپ کریں ۔
6۔ وقت ایک دولت ہے ۔ وقت کی قدر کریں اور ہر کام وقت مقررہ پر کریں

7۔ چوبیس گھنٹوں میں کم از کم تین اوقات ایسے مقرر کریں کہ جب آپ کچھ دیر غور و فکر کرسکیں ۔
8۔ خلاف مزاج کام نہ کریں ۔
9۔ دماغ و ذہن کو پاک اور پاکیزہ رکھیں ۔

10۔ غصہ پر کنٹرول رکھیں اور مزاج میں ٹھنڈک پیدا کریں ۔
11۔ ہمیشہ وعدہ کی پابندی کریں ۔

نوٹ...... ایک عام آدمی کے لئے ممکن نہیں ہوتا کہ وہ 30 منٹ تک سانس روک لے ۔ لہذا نوآموز حضرات و خواتین پانچ منٹ تک سانس کو روکنے پر عبور حاصل کرلیں تو یہ بھی ان کی کامیابیوں اور کامرانیوں کے لئے بہت ہے

انسان کو اللہ جل جلالہ نے ایسی قوتیں عطا کی ہیں جن سے وہ ہر قسم کی ناممکن بات کو ممکن کر دکھاتا ہے ۔ صرف اعتقاد و یقین اور ہمت سے کام لینے کی ضرورت ہوتی ہے ۔ بے چینی اور بے صبری سے گریز کرنا چاہیئے ۔

تصور میں مقناطیسی کشش:

سب سے پہلے تو یہ سمجھ لیں کہ تصور کیا چیز ہے ۔ تصور دراصل " خیال یا دھیان یا سوچ " ہے ۔

تصور کی دو اقسام ہیں ۔ ایک ظاہری تصور اور دوسرا باطنی تصور ۔ یاد رکھیئے کہ انسان کسی چیز کے ظاہری تصور کو آسانی سے سمجھ لیتا ہے مگر باطنی تصور ذرا مشکل کام ہے ۔ باطنی تصور انہی لوگوں کا قائم ہوتا ہے جن کے دلوں میں کدورت، نفرت، تعصب وغیرہ نہ ہو ۔

طریقہ مشق:

روزانہ رات کو بستر پر چت لیٹ کر کسی ایسی چیز کا تصور کریں جسے آپ نے ظاہراً دیکھ رکھا ہو ۔ جیسے کسی کتاب کا تصور، کسی قلم کا تصور، کسی چراغ کا تصور، کسی بزرگ کا تصور، کسی دوست کا تصور، کسی خوشبو کا تصور یا کسی

مقام کا تصور وغیرہ ۔ ایک ہفتہ یعنی سات دن لگاتار سات مختلف چیزوں کا تصور 10 سے 15 منٹ کریں پھر:

...... جنت کو تصور میں تین دن لائیں ۔
...... پھر بیت الحرام یعنی خانہ کعبہ کو تین دن تصور میں لائیں ۔
...... پھر بیت المقدس میں ہیکل سلیمانی کو تین دن تصور میں لائیں ۔
...... پھر حاملین عرش کو تین دن تصور میں لائیں ۔
...... پھر سدرۃ المنتہیٰ کو تین دن تصور میں لائیں ۔
...... پھر شق القمر کے منظر کو تین دن تصور میں لائیں ۔
...... پھر روشنی کا تصور تین دن میں کریں ۔

یاد رکھیئے انسانی تصور یعنی سوچ سے کوئی چیز باہر نہیں ہے ۔ صرف اس ادراک کی ضرورت ہے جس سے تمام شے کا عکس شعور کی سطح پر آجاتا ہے ۔ اوپر جن سات باطنی چیزوں کے تصور کا مشورہ دیا ہے ان کی تفصیل دانستہ نہیں دے رہا تاکہ آپ خود قرآن حکیم کے مطالعہ سے پہلے ان کی تشریح سمجھ لیں پھر شروع کریں ۔

یہ بات ذہن میں رکھیں کہ کسی چیز کو تصور میں لانے کی صلاحیت پیدا کرنا ایک بہت بڑی بات ہے ۔ یہ ایک ایسی طاقت ہے جس کا مقابلہ دنیا کی کوئی اور طاقت نہیں کر سکتی ہے ۔

جو لوگ خیال یا تصور کے عمل میں کامیابی حاصل کر لیتے ہیں وہ دنیا میں ہر کام کرنے میں کامیابی حاصل کر لیتے ہیں ۔

طلسمی جملہ:

درج بالا مشق کے دوران ذہن میں یہ طلسمی جملہ رکھیں کہ:

"میری قوت متصورہ لطیف سے لطیف تر ہوتی جا رہی ہے ۔"

آزمائشی تجربہ:

کامل یکسوئی سے یہ تصور کریں کہ آپ کی آنکھوں میں چاند چمک رہا ہے پھر کسی قریب جاننے والے سے کہیں کہ وہ یہ دیکھ کر بتائے کہ آپ کی آنکھوں میں اسے کس چیز کا عکس نظر آرہا ہے ۔ اگر وہ یہ کہہ دے کہ چاند کا عکس آنکھوں میں ہے تو گویا آپ کی تصور کی صلاحیت پوری طرح پیدا ہو چکی ہے ۔ اب آپ کا وجود مقناطیسی شعاعوں کی آماجگاہ بن چکا ہے اور آپ کا دل و دماغ روحانی مسرتوں سے لبریز ہو چکا ہے ۔

خاص ہدایات

1- پنجگانہ صلوۃ کی عادت ڈالیں ۔
2- قرآن حکیم کی چند آیات بمعہ ترجمہ روزانہ پڑھیں ۔
3- ہر کام مقررہ وقت پر کریں ۔
4- ہٹ دھرمی سے بچیں ۔
5- کنجوسی سے بچیں ۔
6- لغویات سے بچیں ۔
7- قوانین فطرت کی خلاف ورزی نہ کریں ۔
8- اللہ کے عذاب سے ڈریں ۔

9- جھوٹ ہرگز نہ بولیں۔

10- ہر حال میں اللہ کا شکر ادا کریں۔

11- مہمانوں کی تواضع کریں۔

12- تقویٰ اختیار کریں۔

13- نفرت و نحوست سے بچیں۔

14- صبر کا دامن ہاتھ سے نہ چھوڑیں۔

نوٹ ...... مسمریزم کی تمام مشقوں میں سب سے مشکل مشق تصوراتی ہے۔

اگر کوئی بات اس سلسلے میں سمجھ نہ آئے تو براہ راست مجھے خط لکھیں یا بالمشافہ ملاقات کرکے پوچھ لیں۔

قوت ارادی:

قوت ارادی کیا ہے؟ قوت ارادی کی نشوونما کس طرح سے کی جاتی ہے؟ یہ وہ سوالات ہیں جو اکثر پوچھے جاتے ہیں ...... میرے نزدیک صبر اور تقویٰ دراصل قوت ارادی ہے۔ کیونکہ جو لوگ استقامت کا دامن ہاتھ سے چھوڑ دیتے ہیں گویا وہ ہمت ہار دیتے ہیں اور زندگی کے ہر شعبے میں انہیں ذلت و رسوائی کا سامنا ہوتا ہے۔ جبکہ جن لوگوں کو اللہ کے قوانین کی تائید و سرپرستی پر پورا پورا بھروسہ ہوتا ہے گویا ان کی قوت ارادی بھی مضبوط ہوتی ہے۔

قرآن حکیم میں ارشاد ہوا کہ:

○ اہل ایمان ہمیشہ تقویٰ شعار رہتے ہیں۔ (آلعمران۔ 122)

○ اہل ایمان (قوت ارادی کے حامل انسان) اپنے نصب العین کی صداقت اور اللہ کے قانون سے ڈرتے ہیں۔ (توبہ۔ 13)

○ کافروں (کمزور قوت ارادی والوں) کا دنیا میں کوئی حامی اور مددگار نہیں ہوتا۔ (توبہ۔ 74)

آپ نے اندازہ لگایا کہ قوت ارادی کیا ہے۔ صرف اور صرف اللہ پر بھروسہ جب یہ چیزیں کسی انسان میں پیدا ہوجاتی ہیں تو وہ جس کام کا ارادہ کرلیتا ہے اس میں کامیاب رہتا ہے۔ محمود غزنوی نے ہندوستان کو فتح کرنے کا ارادہ کرلیا تو اگرچہ اسے سترہ مرتبہ ہندوستان پر حملہ کرنا پڑا لیکن اس نے ہندوستان کو فتح ضرور کرلیا تھا۔

قوت ارادی بیدار کرنے کا طریقہ:

اس سلسلے میں، میں یہاں چند نکات درج کررہا ہوں انہیں اچھی طرح

سمجھ کر ان پر عمل کی عادت ڈالیں تو 40 دن میں آپ کی قوت ارادی نہایت مضبوط ہو جائے گی۔

1۔ اپنے ارادے پر کامل یقین رکھیں۔

2۔ اپنی طرز فکر میں تبدیلی لائیں۔

3۔ روزانہ رات کو یہ مصمم ارادہ کر کے سوئیں کہ فجر کی اذان کے ساتھ بیدار ہو کر بستر چھوڑ دیں گے اور اللہ کے آگے سجدہ ریز ہو جائیں گے گویا نماز پڑھیں گے۔ پھر چند آیتیں لازمی تلاوت کر کے اسکے ترجے پر غور کریں گے۔

اگر آپ نے ان تین اصولوں پر عمل کرنا شروع کر دیا تو لازمی طور پر آپ کی زندگی میں ایک مثبت تبدیلی رفتہ رفتہ آجائے گی اور پھر آپ جو سوچیں گے وہ ہو جائے گا۔

اگر شروع میں چند دن کامیابی نہ بھی ہو تو دل برداشتہ نہ ہوں بلکہ یہ تجربہ کرنے کی کوشش کریں کہ ناکامی کیوں ہوئی اور کامیابی کے لئے کس قدر سکون، اطمینان اور تسلی کی ضرورت ہے۔

یاد رکھیئے کہ ہر کام کرنے سے پہلے یہ بات ذہن میں لائیں کہ فلاں کام اچھا ہے یا برا اور اللہ کا ڈر اپنے اندر پیدا کریں تو کوئی وجہ نہیں کہ خود کو گناہوں سے بچاتے ہوئے۔ حقیقی ذہنی، قلبی اور روحانی سکون کا احساس ہوگا۔ خوش مزاجی پیدا ہوگی۔ صحت و تندرستی حاصل ہوگی خواہشات محدود ہو جائیں گی بالواسطہ یا بلاواسطہ دوسروں کے حقوق سے مڈبھیڑ نہیں ہوگی۔ ذہانت میں اضافہ ہوگا۔ ہمت و حوصلہ بڑھے گا۔

بھروسہ:

جب مسمریزم کا علم حاصل کرنے کا ارادہ ہو تو پہلے اپنی ذات پر بھروسہ کرنا

چاہیئے کیونکہ جو لوگ خود پر بھروسہ نہیں کرتے ہیں وہ کامیاب بھی نہیں ہوتے۔ یاد رکھیئے کہ اپنی ذات اور ذات باری تعالیٰ پر انہی لوگوں کو بھروسہ ہوتا ہے جو قوانین الہیٰ کی پوری پوری نگہداشت کرتے ہیں۔ اور اسکی صداقت میں کسی قسم کا شک و شبہ محسوس نہیں کرتے ہیں۔

جب اس بات کا یقین ہو جاتا ہے کہ جس راستے پر انسان چل رہا ہے وہ سیدھا راستہ ہے تو پھر وہ اسپر نہایت پامردی اور استقلال کے ساتھ آگے بڑھتا جاتا ہے اور مشکلات سے ہرگز نہیں گھبراتا ہے۔ اسی لئے قرآن حکیم میں ارشاد ہوا کہ:

○ قانون الہیٰ پر مکمل اعتماد کرتے ہوئے اپنے پروگرام پر کاربند رہو۔ یہ قانون تمہارے لئے کافی کارساز ہے۔ (نساء ۔18)

○ ضابطہ حیات کے مطابق عمل کرنے سے خطرات سے حفاظت مل جاتی ہے۔ (مائدہ ۔11)

○ جن لوگوں کا اللہ پر ایمان ہو وہ ہمت نہیں ہارا کرتے۔ وہ اللہ کے قانون کی محکمیت پر پورا پورا بھروسہ رکھتے ہیں۔ بزدلی تو عدم یقین اور تذبذب سے پیدا ہوتی ہے۔ (مائدہ ۔23)

○ مومنین کی خصوصیت یہ ہے کہ جب ان کے سامنے قانون الہیٰ کا مجموعی تصور لایا جاتا ہے تو ان کے دل کانپ اٹھتے ہیں اور جب ان قوانین کی تفصیلات ان کے سامنے آتی ہے تو ان کا ایمان بڑھ جاتا ہے اور وہ اپنے رب پر پورا پورا بھروسہ رکھتے ہیں کہ وہ انہیں کبھی دھوکا نہیں دے گا۔ (انفال ۔2)

○ یاد رکھو تخریبی قوتیں (خواہ انسان کے اندر کی ہو یا خارجی) ان لوگوں پر کبھی غلبہ نہیں پاسکتی ہیں جو قوانین الہیٰ کی صداقت پر یقین اور ان کی محکمیت پر پورا

پورا بھروسہ رکھتے ہیں ۔(نمل ۔99)

جو لوگ اس علم کو حاصل کرنا چاہتے ہیں اور اپنے اوپر بھروسہ پیدا کرنا چاہتے ہیں انہیں چاہیئے کہ وہ آیات الہٰی جو اوپر درج کی گئی ہیں انہیں بار بار پڑھیں ان پر غور کریں ۔ اپنے دل و دماغ کو ٹٹولیں اور دیکھیں کہ کس قدر ان میں اخلاص پوشیدہ ہے ۔ اگر کچھ کمی ہے تو اسکے لئے درج ذیل چند باتوں پر عمل کریں ۔

1۔ فجر کی نماز باجماعت پورے قلبی و ذہنی یکسوئی سے ادا کرنے کے بعد

2۔ قرآن حکیم کی چند آیات بمعہ ترجمہ پڑھ کر ان پر غور کرنے کے بعد

3۔ مشرق کی طرف منہ کرکے کھڑے ہوجائیں ۔ آنکھیں بند کرلیں اور آہستہ آہستہ گہرے سانس اندر لیں پھر چند سیکنڈ سانس کو سینے میں روک لیں پھر رفتہ رفتہ خارج کردیں ۔ یہ عمل 15 مرتبہ دوہرائیں ۔ انشاء اللہ تعالیٰ خود اپنی ذات پر اور ذات باری تعالیٰ پر بھی چند دنوں میں بھروسہ قائم ہوجائے گا ۔

میرے پروردگار نے عقل و بصیرت کے جو راستے میرے سامنے کشادہ کردیئے ہیں انہیں میں نے آپ تک بھی منتقل کردیا ہے ۔ مزید صحیح راستہ پر چلنے کے لئے ان چار باتوں پر توجہ دیں ۔

1۔ لوٹ کھسوٹ مت کریں ۔

2۔ بددیانتی نہ کریں ۔

3۔ بے ایمانی سے کام نہ لیں ۔

4۔ طیب اور حلال روزی کھائیں ۔

مجھے اپنے اللہ پر اسکے قوانین پر کامل بھروسہ ہے اور میرا ہر قدم اسی سرچشمہ خیروخوبی کی طرف اٹھتا ہے ۔

یقین:

جس انسان میں یہ خواہش ہو کہ وہ دنیا میں کوئی انقلابی کام کرے تو اس کیلئے ضروری ہے کہ اسے سب سے پہلے خالق کائنات کی ذات پر اور پھر اپنی ذات پر یقین کامل ہو ۔ اپنی ہی ہمت سے اپنے ہی پاؤں پر کھڑا ہونے کی کوشش کرے اور دوسروں کی مدد کا منتظر نہ ہو ۔ اسلئے کہ جو لوگ دوسروں کا سہارا تلاش کرتے ہیں وہ ہمیشہ خوار ہی رہتے ہیں

قرآن حکیم میں ارشاد ہوا کہ :

o جو لوگ نظام اعلیٰ کی صداقت اور محکمیت پر یقین رکھتے ہیں وہ جانتے ہیں کہ نوع انسان کیلئے ضابطہ الہٰی سے بہتر اور کوئی ضابطہ نہیں ہوسکتا ۔(مائدہ 50)

o اللہ کے قانون مکافات عمل اور مستقبل کی زندگی پر یقین محکم رکھنے والے نظام صلوۃ قائم کرتے ہیں اور عالمگیر انسانیت کے لئے سامان نشوونما فراہم کرتے ہیں ۔(نمل ۔3)

جو لوگ اللہ کے قوانین کی صداقت پر یقین محکم رکھتے ہیں اور نہایت استقامت سے ان کی پابندی کرتے ہیں انہیں دیگر اقوام کی امامت (Leader Ship) ۔ عطا کی جاتی ہے ۔(السجدہ ۔24)

o اگر تم عقل و بصیرت سے کام لوگے تو تمہیں اس حقیقت کا یقین آجائے گا کہ اللہ ہی آسمانوں اور زمین کا رب ہے ۔(دخان ۔7)

o اور تمہاری اپنی پیدائش اور جانداروں کی افزائش نسل میں اہل یقین کیلئے بہت سی نشانیاں ہیں ۔(جاثیہ ۔4)

o یہ قرآن بنی نوع انسان کیلئے بصیرت ہے ۔ اور جو لوگ اس کی صداقت پر یقین رکھتے ہیں انکے لئے رحمت و ہدایت ہے ۔(جاثیہ ۔20)

O یقین کرنے والوں کے لئے زمین میں نشانیاں ہیں ۔(ذاریات ۔20)

ان آیات پر بار بار غور کریں آپ کے یقین میں پختگی آتی جائے گی اور ذہن میں وسعت و کشادگی پیدا ہوتی جائے گی ۔

اب آیئے ہم کچھ دانشوروں کے اقوال بھی ملاحظہ کرتے ہیں جو انہوں نے یقین کے سلسلے میں ارشاد فرمائے ہیں ۔

1۔ یقین میری طاقت ہے ۔(حضرت محمدؐ)

2۔ مخلوق پر یقین رکھنا شرک باطل ہے ۔(معروف کرخی)

3۔ میرا یقین محض اللہ کے فضل پر ہے نہ کہ اپنے اعمال پر ۔(رابعہ بصری)

4۔ تم جہاں چاہو زمین کھود لو ۔ خزانہ تمہیں ضرور ملے گا ۔ شرط صرف یہ ہے کہ زمین کامیابی کے یقین کے ساتھ کھودو ۔(خلیل جبران)

5۔ کسی کی مدد کر کے ظاہر نہ کرو ۔ یقین رکھو تمہاری مصیبت میں غیبی ہاتھ خود بخود تمہاری مدد کو پہنچ جائیں گے ۔(سوامی سار شبد آنند جی)

6۔ یقین زندگی ہے اور ۔۔۔۔۔ بے یقینی موت ۔(رام کرشن پرم ہنسی)

7۔ جسے خود پر یقین نہیں اسے خدا پر بھی یقین نہیں ہو سکتا ۔(سوامی وویکانند جی)

8۔ عقیدت کا مطلب ہے یقین اور یقین کا مطلب ہے اللہ پر بھروسہ ۔(مہاتما گاندھی)

9۔ یقین ہی زندگی کی متحرک قوت ہے ۔(لیوٹالسٹائی)

10۔ دعا یقین کی آواز ہے ۔(ہوزن)

11۔ اللہ پر یقین رکھنا کامیابی کا سب سے بڑا ذریعہ ہے ۔(راک فیلر)

12۔ آپ خود کو دیانتدار بنانے کے بعد یقین کرلیں کہ دنیا میں ایک بے ایمان کی کمی ہو گئی ہے ۔(کارلائل)

13۔ اگر آپ کو اپنے اعتماد پر یقین ہے تو دوسروں کے اعتماد پر بھی یقین کیجئے ۔(ونچل)

اگرچہ یقین کے عنوان پر سینکڑوں اقوال ملتے ہیں لیکن میں نے جن چند آیات کو نقل کیا ہے ان کے مطالعے سے مسمریزم کے مبتدی حضرات و خواتین نہ صرف اپنے اندر عمل کی ایک امنگ محسوس کریں گے بلکہ ان پر عمل کر کے اپنے قلب و ذہن کو نورانی شعاعوں سے مزین بھی کرلیں گے ۔

محنت:

جو لوگ محنت کرتے ہیں ان میں ایک ایسی روشنی پیدا ہوجاتی ہے جب مصیبت کے وقت خوشی اور کامیابی کا راستہ دکھاتی ہے ۔ محنت کرنے والا تمام مشکلات پر غلبہ پالیتا ہے ۔ اور محنت کرنے والے شخص کو ہی کامیابی ملتی ہے ۔

قرآن حکیم میں ارشاد ہوا کہ :

O بلاشبہ اللہ محنت کرنے والوں کا اجر ضائع نہیں کرتا ۔(توبہ ۔120)

O یعنی محنت کے بعد ہی آرام ملتا ہے ۔(الم نشرح ۔6)

اب ہم ذیل میں بعض دانشوروں کے قول درج کررہے ہیں جن سے محنت کی عظمت کا اندازہ آپ کو بخوبی ہوجائے گا ۔

1۔ اپنے بیش قیمت وقت کا ہر لمحہ ہمیں محنت میں گزارنا چاہئیے ۔(ایمرسن)

2۔ انسانی مسرت زندگی میں ہے اور زندگی محنت میں ۔(رسکن)

3۔ جو جسمانی محنت نہیں کرتا ۔ اسے کھانے کا حق کیسے ہو سکتا ہے ۔(مہاتما گاندھی)

4۔ محنت کرنے سے ہی کام پورے ہوتے ہیں ۔ صرف خواہش کرنے سے نہیں جانور سوتے ہوئے شیر کے منہ میں داخل نہیں ہوتے ۔ (ہتواپدیش)

اگر آپ درج بالا آیات اور اقوال کا مطالعہ سمجھ کر کریں تو مجھے یقین ہے کہ آپ بھی محنت کرنے لگیں گے اور مسمریزم کے علم میں اعلیٰ کامیابی حاصل کر سکیں گے ۔

وقت کی پابندی:

وقت ہی دولت ہے ، وقت کو ضائع مت کریں ۔ ہر کام کے لئے وقت مقرر کریں پھر دیکھیں کہ آپ کی زندگی کے تمام کام کس طرح نہایت خوش اسلوبی سے سرانجام پاتے ہیں ۔ اس لئے خود سے عہد کرلیں کہ آج کا کام کل نہیں کریں گے ۔ بلکہ آج ہی کریں گے ۔

قرآن حکیم میں ارشاد ہوا کہ :

- بے شک فیصلے کا دن اور وقت مقرر ہے ۔ (بنا ۔ 17)
- اور جب موسیٰ ہمارے مقرر کردہ وقت پر پہنچے اور اپنے رب سے ہمکلام ہوئے اور بولے اے رب میں تجھے دیکھنا چاہتا ہوں ۔ (اعراف ۔ 143)
- اور موسیٰ نے اپنی قوم میں سے ستر (70) آدمی ہمارے مقرر کردہ وقت کے لئے چنے ۔ (اعراف ۔ 155)
- انسان کا ہر عمل اپنا نتیجہ مرتب کرکے رہتا ہے اور ان نتائج کے ظہور کا وقت معین ہے ۔ (دخان ۔ 40)
- مومنین کیلئے اجتماعی صلوۃ وقت مقررہ پر ادا کرنا لازم ہے ۔ (نساء ۔ 103)

قارئین کو وقت کی اہمیت بتانے کیلئے ہم ذیل میں بعض دانشوروں کے

اقوال بھی رقم کر رہے ہیں ۔ تاکہ آپ کو وقت کی اہمیت کا حقیقی اندازہ ہوسکے ۔

1۔ اللہ ہر وقت تمہارے ساتھ ہے ۔ (حضرت محمدؐ)

2۔ وقت سے پہلے خبردار ہوجاؤ ورنہ اس وقت تمہارا رونا چلانا کچھ نہ سنا جائے گا۔ (حضرت عیسیٰؑ)

3۔ ہر وقت اپنی موت کو پیش نظر رکھو ۔ (لقمان)

4۔ ہر وقت سونے سے زیادہ قیمتی ہے ۔ (بقراط)

5۔ جو شخص جس چیز کا خواہاں ہے اسی کی دھن میں ہر وقت لگا رہتا ہے ۔ (حضرت عمرؓ)

6۔ عبادت میں اس وقت تک لطف نہیں آسکتا ۔ جب تک حلال کی کمائی نہیں کھائی جاتی ۔ (گرونانک جی)

7۔ وقت تبدیلی کا سرمایہ ہے ۔ (ٹیگور)

8۔ وقت کا ایک لمحہ سونے کے کروڑ سکے دینے پر بھی نہیں ملتا ۔ (چانکیہ)

9۔ وقت کی قدر کرو ۔ اور باقاعدگی کو اپنا اصول بناؤ ۔ اس طرح تمہیں کام کرنے کیلئے زیادہ وقت ملے گا ۔ (جواہرلال نہرو)

10۔ زندگی میں اگر کوئی چیز حاصل کرنے کی ہے تو وہ پابندی وقت ہے ۔ (ہربرٹ اسپنز)

11۔ زندگی کیا ہے ؟ صرف وقت ۔ پس اگر ہم اسکو ضائع کرتے ہیں تو گویا زندگی برباد کرتے ہیں ۔ (ہربرٹ اسپنز)

12۔ ہر کام کیلئے وقت مقرر ہونا چاہیئے ۔ (برنیکن)

13۔ دن کا کام رات پر اور رات کا کام دن پر نہ اٹھا رکھو ۔ وقت کی مصلحت یہی ہے ۔ (فرینکن)

14۔ میں اپنے حریفوں پر اکثر اس لئے غالب آتا ہوں کہ وہ دو چار منٹ کو کچھ حقیقت نہیں سمجھتے ۔ لیکن میں اس تھوڑے سے وقت کی قدر و قیمت اور اہمیت سے واقف ہوں ۔ (ڈابس)

15۔ اپنے بیش قیمت وقت کا لمحہ ہمیں محنت و مصروفیت میں گزارنا چاہیئے ۔ اسی میں سچا لطف ہے ۔ (ایمرسن)

16۔ ہر وقت اپنے دل و دماغ کو اچھے کاموں میں مشغول رکھو ۔ (ڈاکٹر مارڈن)

17۔ جو لوگ وقت کا غلط استعمال کرتے ہیں وہی وقت کی کمی کی شکایت کرتے ہیں ۔ (بروش)

18۔ وقت کی قدر کرو اور اسکو فضول ضائع مت کرو ۔ (حضرت علیؓ)

19۔ وقت کبھی واپس نہیں آتا ۔ اور نہ عمر دوبارہ مل سکتی ہے ۔ (حارث بن سعیدؓ)

اگرچہ وقت کی اہمیت اور پابندی پر بے شمار اقوال موجود ہیں مگر جن اقوال و آیات کا انتخاب میں نے کیا ہے ان میں مکمل ضابطہ حیات کا احاطہ ہوجاتا ہے ۔

قلب کی یکسوئی

مسمریزم کا عمل کرنے والوں کے لئے لازم ہے کہ ان کا قلب مکمل طور پر یکسو رہے ۔ کیونکہ جب تک قلبی یکسوئی حاصل نہیں ہوتی انسانی ذہن خیالات کی آماجگاہ بنا رہتا ہے اور اسے اس کے کسی بھی عمل میں کامیابی ہرگز نہیں ملتی ہے ۔

ایک اہم نکتہ یہ ذہن میں رکھیں کہ قلبی یکسوئی ان لوگوں کو حاصل ہوتی ہے جو دوسروں سے صلح کرنے کا رجحان رکھتے ہیں اور چھیڑ چھاڑ سے گریز کرتے ہیں ۔

دوسرا اہم نکتہ یہ ہے کہ اپنی تمام تر توجہات کا مرکز اس ذات واحد و لاشریک کو سمجھیں جو اس تمام کائنات کو علوم سے وجود میں لایا ہے اور جس کا قانون ہماری اس کائنات میں اس طرح سے نافذالعمل ہے کہ اس سے سرتابی کی مجال کسی میں نہیں ہے اور نہ ہی اس خالق ارض و سماوات کا کوئی شریک ہے

تیسرا اہم نکتہ یہ ہے کہ تمام غلط راہوں سے منہ موڑ کر صحیح روش اختیار کریں اور اپنے جذبات کو اللہ کے قوانین کے تابع رکھیں ۔

مشق

آرام دہ حالت میں بیٹھ جائیں ۔ جسم کو ڈھیلا چھوڑ دیں ۔ دماغ سے تمام خیالات کو نکال دیں اور جب قلبی اطمینان محسوس ہونے لگے تو بلوری گیند (Crystal Ball) پر نگاہ جمادیں ۔ کوشش کریں کہ پلکیں جلدی جلدی نہ جھپکیں ۔ جتنی زیادہ دیر نظر اس پر جمے گی اتنا ہی اچھا ہوگا ۔ اگر 3 سے 5 منٹ

تک بھی نظر آنے لگے تو سمجھ لیں کہ کامیابی ملنے والی ہے ۔ اگر اس حالت میں
محویت طاری ہوجائے اور غنودگی آنے لگے تو گھبرانے کی بات نہیں ہے بلکہ خود
کو غنودگی کی حالت میں ہی رہنے دیں ۔

جب غنودگی کی یہ کیفیت طاری ہوجائے تو دل ہی دل میں لاتعداد مرتبہ
یہ جملہ دوہرائیں کہ :

" میری روح لطیف ، ذات مطلق سے ملی ہوئی ہے ۔"

کم از کم 15 سے 20 منٹ تک یہ جملہ دوہراتے رہیں ۔ اس سے آپ
کی نورانی مسرتوں میں اضافہ ہوگا ۔ اپنے وجود میں خوشگوار تبدیلی کا احساس ہوگا
آپ کا دل اور دماغ نورانی کرنوں کی آماجگاہ بن جائے گا ۔ دل روحانی مسرتوں
سے لبریز محسوس ہوگا ۔ روشن ضمیری کی کیفیت پیدا ہوجائے گی ۔

قدرت نے ہر شے کو مختلف امتزاجات ، تراکیب اور ہیئت عطا کی ہے ۔
جن سے آشنائی ہوجائے گی اور مسمریزم کرنے والے کو منزل مقصود تک پہنچنے
میں آسانی ہوجائے گی ۔

مسمریزم کے طالب علموں کی معلومات میں اضافہ کیلئے اس موضوع پر دو
اقوال بھی درج کررہا ہوں اگرچہ یہ اقوال ہندو دانشوروں کے ہیں لیکن ان کا
اطلاق دنیا کی ہر قوم اور مذہب کے لوگوں پر یکساں ہوتا ہے ۔

○ جب تک امیدیں لگی ہوئیں ہیں تب تک یکسوئی نہیں ہوسکتی ۔ (رام تیرتھ)
○ جھوٹ ، فریب ، چوری یا بدفعلی کے رجحانات کے خاتمے کے بغیر " یکسوئی "
ناممکن ہے ۔ (منوسمرتی)

قناعت ، شب بیداری ، کینہ پروری سے اجتناب کرنے کی کوشش کریں
مجھے امید ہے کہ آپ کے شعور اور تحت الشعور سے فضول باتیں نکل جائیں گی

اور روح میں بالیدگی پیدا ہوجائے گی اور آپ بھی دنیا کے علاوہ عالم بالا کا نظارہ
کرسکیں گے ۔

آسمان بینی

مسمریزم کے مبتدیوں کیلئے پہلی مرتبہ اس مشق کو متعارف کروارہا ہوں
اگر اس کی روح کو سمجھ کر کامیابی سے عمل کیا تو یقین جانیں کہ آگے مزید
کامیابیوں کو آپ اپنا منتظر پائیں گے ۔

زمین پر (یعنی مٹی پر) ننگے پاؤں کھڑے ہوجائیں ۔ کمر اور گردن کو ایک
سیدھ میں رکھیں ۔ اب آہستہ آہستہ 12 مرتبہ سانس لیں اور خارج کردیں ۔ پھر
174 مرتبہ یاحی یاقیوم پڑھیں ۔

نظریں آسمان پر جمادیں ۔ ذہن کو خالی چھوڑ دیں ۔ چند منٹ میں آپ کو
محسوس ہوگا کہ آپ تاریکی سے نکل کر روشنی میں آگئے ہیں ۔ اور دل کی گہرائیوں
میں کائنات کے پوشیدہ اسرار محسوس کرنے لگیں گے ۔ گزشتہ مختلف زمانوں اور
آئندہ کے مختلف ادوار کی تمام کیفیات بھی کھل کر نظر کے سامنے آجائیں گی ۔

یاد رکھیئے کہ تزکیہ قلب اور تطہیر نفس کے بعد ہی اس مشق کو کریں
ورنہ حاصل کچھ نہ ہوگا ۔ اس مشق کو فجر کی نماز کے بعد یا پھر عشاء کی نماز کے
فوراً بعد کریں ۔

چاند بینی

رات کے وقت جب آسمان ابر آلود نہ ہو اور چاند واضح نظر آرہا ہو تو کسی
ایسے مقام پر بیٹھ جائیں ۔ جہاں سے چاند کا نظارہ باآسانی ہوسکے ۔ اب اپنی
نگاہوں کو چاند پر جمادیں اور ذہن کو تمام خیالات سے آزاد رکھیں ۔ چند منٹ
میں جب یکسوئی حاصل ہوجائے گی تو ایک روحانی مسرت کا احساس ہوگا ۔ اور
درج ذیل تحیر خیز صلاحیتیں پیدا ہوجائیں گی ۔

1۔ ہر امر میں حقیقت کا ادراک ہونے لگتا ہے ۔
2۔ تمام روحانی قوتیں زیر کنٹرول آجاتی ہیں ۔
3۔ عالم محسوسات آشکار ہوجاتا ہے ۔
4۔ علم و بصیرت میں اضافہ ہوجاتا ہے ۔
5۔ مخالفین تابعدار ہوجاتے ہیں ۔
6۔ لوگوں کی نفسیاتی اور جذباتی کیفیت کا ادراک ہوجاتا ہے ۔
7۔ لوگوں کے خیالات پڑھ لینے کی صلاحیت پیدا ہوجاتی ہے ۔
8۔ قوانین قدرت کا ادراک اچھی طرح سے ہوجاتا ہے ۔
9۔ انفس و آفاق میں اسے ایسی کامیابی اور کامرانی ملتی ہے کہ وہ نوع انسانی کے لئے نورانی قندیل بن جاتا ہے ۔

نوٹ ...... جن دنوں میں مطلع ابر آلود ہو اور چاند نظر نہ آئے تو تصور میں چاند کی مشق کریں ۔ باقی تمام شرائط ویسی ہی ہونگی جیسا کہ اوپر بیان کرچکا ہوں

سورج بینی

اس مشق کے لئے سب سے عمدہ وقت طلوع آفتاب کا وقت ہوتا ہے ۔ کیونکہ اس وقت سورج کی روشنی میں حدت اور شدت کم ہوتی ہے ۔ سورج بینی کے لئے کھلی فضا کا ہونا ضروری ہے ۔ بہتر ہے کہ کسی ساحلی مقام پر اس مشق کو کیا جائے ، آرام دہ حالت میں بیٹھ کر یا کھڑے ہو کر کی جاسکتی ہے ۔ شرط صرف یہ ہے کہ گردن اور کمر کی ہڈی ایک سیدھ میں ہو ۔

نگاہوں کو سورج کے قرص پر جما کر ذہن کو خیالات سے پاک کرلیں ۔ چند منٹ میں جب یکسوئی حاصل ہوجائیگی تو سرور کی کیفیت طاری ہوجائیگی ۔

جب تک سرور کا احساس نہ ہو سمجھیں کہ ابھی مشق میں کامیابی نہیں ہوئی ۔

جب سورج بینی میں مہارت حاصل ہوجاتی ہے تو ایسے شخص کا صرف ضمیر ہی روشن نہیں ہوتا بلکہ درج ذیل تحیر خیز صفات بھی اس میں بیدار ہوجاتی ہیں ۔

1۔ علم بصیرت میں اضافہ ہوجاتا ہے ۔
2۔ حقائق سے آگاہی ہونے لگتی ہے ۔
3۔ دل و ذہن پر سکون رہتا ہے اور نورانی کرنوں سے منور رہتا ہے ۔
4۔ عالم محسوسات سے وراء عالم جہاں میں ہونے والے پروگراموں کا علم ہونے لگتا ہے ۔
5۔ برسوں پرانی باتوں کا علم لمحوں میں ہوجاتا ہے ۔
6۔ تمام سرکش قوتیں سجدہ ریز ہوجاتی ہیں ۔
7۔ انسانوں کی نفسیاتی اور جذباتی کیفیات کو کنٹرول کرنے کی قوت مل جاتی ہے ۔
8۔ منزل مقصود تک پہنچنے کے لئے اللہ کی راہنمائی میسر آجاتی ہے ۔
9۔ تمام آرزوئیں پوری ہونے لگتی ہیں ۔
10۔ انسانوں میں عزو تکریم ملتی ہے ۔
11۔ زندگی میں استقامت اور استواری پیدا ہوجاتی ہے ۔
12۔ زندگی کی راہیں روشن ہوجاتی ہیں ۔ اور ایسا شخص دوسروں کیلئے بھی قندیل بن جاتا ہے ۔
13۔ ذات میں توازن پیدا ہوجاتا ہے ۔ جس سے ہر امر میں کامیابی و کامرانی ملتی ہے ۔

نوٹ ...... اگر کسی دن طلوع آفتاب کے وقت مطلع ابر آلود ہو تو تصور میں سورج بینی کریں باقی شرائط وہی ہوں گی جو شروع میں لکھی گئی ہیں ۔

اسم اعظم:

اب میں مسمریزم کے بندیوں کو اپنے ایک ایسے راز میں شریک کر رہا ہوں ۔ جس کی تلاش میں لوگ خاک چھانتے پھرتے ہیں لیکن کوئی بھی ان کی تلاش و جستجو کی سیرابی کیلئے تیار نہیں ہوتا ۔

میں ایک ایسا اسم اعظم آپ کو بتا رہا ہوں جس میں اسرار کائنات بھی پوشیدہ ہے اور دنیاوی تفکرات کا حل اور ان سے نجات کا راز بھی مخفی ہے ۔

شرائط:

1۔ اللہ کے قوانین کی مکمل پابندی کریں ۔
2۔ حلال حرام میں تمیز ہر وقت کریں ۔
3۔ گمراہی سے بچیں ۔ راست روی اختیار کریں ۔
4۔ ظاہر اور باطن عملی طور پر ایک جیسا بنالیں ۔
5۔ کسی کو اللہ کا شریک نہ بنائیں ۔
6۔ تکلیف زدہ اور ضرورت مندوں کا خیال رکھیں اور ان کی مدد کریں ۔
7۔ مظلوموں کی داد رسی کریں ۔
8۔ کسی کو ذلیل اور حقیر کرنے کی کوشش نہ کریں ۔
9۔ کسی قسم کے حلقہ بندی اور گروہ بندی میں شریک نہ ہوں ۔
10۔ اللہ تعالیٰ کی حمد و ستائش پوری سرگرمی سے کریں تاکہ خوشگوار اور

انسانیت ساز نتائج مرتب ہوں ۔
11۔ اپنی تمام توجہات کو دوسرے اطراف سے ہٹا کر اسی ایک نقطہ پر مرکوز رکھیں ۔

وقت عمل:

اس اسم اعظم کے ورد کے لئے صلوۃ الفجر سے ایک گھنٹے قبل کا وقت اچھا رہتا ہے ۔ جو لوگ اس وقت کی پابندی نہ کر سکیں وہ ہرگز ہرگز اس عمل کو کرنے کی زحمت نہ کریں ۔ پاک و صاف ہو کر آلتی پالتی مار کر بیٹھ جائیں ۔ رخ مغرب کی طرف کر لیں ۔ ایک گھڑی (Time Piece) جس سے ٹک ٹک کی آواز واضح طور پر سنائی دے اپنے پشت پر رکھ لیں ۔

ذہن کو خیالات سے آزاد کرنے کے بعد پوری یکسوئی سے گھڑی کی ٹک ٹک سنتے جائیں اور اسم اعظم " اللہ ھو " پڑھتے جائیں ۔ 726 مرتبہ جب پڑھ لیں تو پڑھائی بند کر دیں ۔ روزانہ 12 منٹ اور 6 سیکنڈ کا وقت لگے گا ۔ 15 دن لگاتار کریں ۔

اب پندرہ دنوں میں آپ اپنے اندر ایک غیر معمولی تبدیلی محسوس کریں گے ایک مسرت و شادمانی کا احساس رہے گا ۔

سولہویں دن گھڑی کے بجائے اپنے دل کی دھک دھک پر توجہ دیں اور 15 دن تک مزید پڑھیں ۔

یعنی ایک مہینے میں آپ کو کائناتی قوانین کا علم حاصل ہو جائے گا اور اللہ کی مخفی قوتیں آپ کے ہم رکاب ہو جائیں گی ۔ مزاج سے اضطراب و ہیجان ختم ہو جائے گا ۔ شخصیت حسن و توازن کی مظہر بن جائیگی ۔ زندگی محکم ہو جائیگی ۔ نزاعی معاملات سے نگاہ ہٹ جائے گی اور حقیقت پر جم جائے گی ۔ جذبات کی

تسکین کیلئے قیاسیات پر ذہن مرتکز نہ ہوگا ۔ کائنات کی بلندیوں اور پستیوں میں جو کچھ ہے اس کے نقطہ آغاز کا علم حاصل ہوجائے گا ۔ اور اس دنیا کی زندگی امن و سلامتی بن جائیگی ۔

ایک ماہ کے بعد بھی اگر اسم کے ورد کا جی چاہے تو جاری رکھیں ۔ ورنہ روزانہ 78 مرتبہ مداومت کے لئے پڑھنا لازم ہوگا ۔

★

علاج بذریعہ مسمریزم

اگر آپ غور کریں تو پتہ چلے گا کہ کائنات کی پستیوں اور بلندیوں میں بے پناہ تنوع ہے ۔ لیکن اس تنوع کے باوجود ساری کائنات ایک مصرعہ موزوں کی طرح غیر منقسم اور متحدہ و حدت (Universe) ہے ۔ اسی طرح انسانوں میں رنگ اور زبان کا اختلاف ہے لیکن وہ اس اختلاف کے باوجود ، ایک امت واحدہ کے افراد ہیں ۔

اسی طرح سکون اور حرکت کے دو متضاد عناصر کی یکجہتی سے زندگی کی گاڑی آگے چلتی ہے ۔

گھٹا میں بادل اور بجلیاں دونوں موجود ہوتی ہیں ۔ بجلیاں انسانوں کے لئے وجہ خوف بنتی ہیں اور بادل موجب مسرت ۔ اس لئے کہ بادل سے وہ مینہ برستا ہے جس سے زمین مردہ کو زندگی مل جاتی ہے ۔

جو لوگ عقل و فکر سے کام لیتے ہیں وہ اللہ کے قانون حیات کی کارفرمائی کو آسانی سے سمجھ لیتے ہیں ۔ اور مسمریزم کا ماہر اپنی صلاحیتوں کے مثبت پہلوؤں کے استعمال سے مریضوں کے منفی طرز فکر کو درست کردیتا ہے ۔ اسی پروگرام کے تحت اب ہم کچھ امراض کا علاج مسمریزم کے ذریعے تجویز کررہے ہیں ۔

آب ترسی HYDROPHOBIA :

یہ بیماری داء الکلب ، سعار اور ہلکاؤ بھی کہلاتی ہے ۔ اس میں مریض کو پانی سے شدید خوف آتا ہے ۔

علاج:

مریض پر تنویمی نیند طاری کرنے سے پہلے اسے آرام دہ حالت میں لٹائیں

اور اس پر سفید چادر ڈال دیں ۔ پھر اسے نیند میں لے جائیں اور یہ جملہ 67 مرتبہ دوہرائیں کہ " تمہیں پانی سے خوف نہیں آتا " پھر 67 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اسکی پیشانی پر دم کردیں ۔13 دن لازمی اور مسلسل کریں ۔

آماس : PERIOSTITIS

اس بیماری میں مریض کے جسم کی ہڈیوں کے اوپر جو جھلی ہوتی ہے اس میں سوزش ہوجاتی ہے ۔ یہ بھی کسی انفیکشن کی وجہ سے ہوتی ہے ۔ مریض کو درد ، بخار اور سردی لگنے کی شکایت ہوتی ہے ۔ اس بیماری کا علاج مسمریزم سے ابتدائی حالتوں میں ممکن ہے ۔

علاج:

مریض کو آرام دہ حالت میں بٹھا کر یا لٹا کر اس پر تنویمی نیند طاری کریں اور پھر یہ جملہ " 60 مرتبہ دوہرائیں کہ " ہڈیوں کی جھلی سے سوزش ختم ہوچکی ہے " ۔ مریض کے کمرے میں سرخ رنگ کا بلب روشن کریں اور 60 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر مریض پر دم کریں ۔ ایک ہفتے تک روزانہ کریں ۔

ابلہی : CRETINISM

یہ بیماری طبی بھی ہے اور نفسیاتی بھی ۔ اس بیماری میں غدہ و رقیہ میں لعاب کی کمی یا اس کے اخراج میں گڑبڑ ہوجاتی ہے ۔ اس بیماری کی وجہ سے جسم بے ڈول ہوجاتا ہے ۔ جسم کی نشو نما میں رکاوٹ پڑجاتی ہے ۔ عقل میں فتور آجاتا ہے ۔ جلد خشک ہوجاتی ہے ۔ زبان لمبی ہوجاتی ہے ۔ عام طور پر یہ بیماری غذا میں آیوڈین کی کمی سے ہوتی ہے ۔

علاج:

مریض کے گلے پر سبز رومال رکھ کر اسے ترغیب کے ذریعے حالت تنویم میں لے جائیں ۔ پھر آہستہ آہستہ یہ ترغیب دیں کہ " تمہارا غدہ و رقیہ درست کام کررہا ہے " اس جملہ کو 47 مرتبہ دوہرائیں اور 47 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر گردن کے مقام پر دم کردیں ۔ کم از کم 11 دن مسلسل کریں ۔

اختباط : DELUSION

مریض بغیر کسی حقیقت اور ثبوت کے کسی دھوکے یا وسوسے میں مبتلا ہوجاتا ہے ۔ یہ زبردست نفسیاتی کیفیت ہے ۔ اس کا علاج مسمریزم میں موجود ہے ۔

علاج:

مریض کے کمرے میں ہلکی بنفشی روشنی رکھیں ۔ اس پر تنویمی نیند طاری کرکے 36 مرتبہ یہ جملہ دوہرائیں کہ " تم فریب خیال کا شکار نہیں ہوتے " ۔ یہ جملہ دوہرانے کے بعد 36 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اس کے سر کے درمیان میں دم کردیں ۔ کم از کم 9 دن ضرور کریں ۔

ادھرنگ : PARAPLEGIA

یہ بھی فالج ہے اس میں جسم کا صرف نچلا دھڑ مفلوج ہوجاتا ہے ۔ اس کا علاج بھی مسمریزم کے ذریعے ممکن ہے ۔

علاج:

مریض پر نیلے رنگ کی چادر تان کر تنویمی نیند طاری کریں پھر یہ ترغیب دیں کہ " تم اپنے نچلے دھڑ کو چلاسکتے ہو " 50 مرتبہ یہ جملہ دوہرائیں ۔ پھر 50

مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اس پر دم کردیں مسلسل 5 دن یہ عمل لازمی کریں ۔

استسقالحمی ANASARCA :

یہ بیماری عام طور پر ان لوگوں کو ہوتی ہے جنہیں حبس البول کی شکایت ہوتی ہے ۔ عام طور پر گردوں کے فعل میں خرابی کی وجہ سے یہ بیماری ہوتی ہے ۔

علاج:

مریض کو آرام سے لٹا کر اسے یہ ترغیب دیں کہ اس کے جسم میں نظام رقائق صحیح کام کر رہا ہے ۔ یہ ترغیب کم از کم 22 مرتبہ لازمی دوہرائیں ۔ 22 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اس کے گردے کے مقام پر دم بھی کردیں ۔ انشاء اللہ چند دنوں میں مریض کو آرام آجائے گا ۔

اسٹیج گھبراہٹ STAGE FRIGHT :

حاضرین و سامعین کو دیکھ کر پیدا ہوجانے والی گھبراہٹ عام طور پر نفسیاتی ہوتی ہے ۔ اس بیماری کا علاج مسمریزم کے ذریعے جلد ہوجاتا ہے ۔

علاج:

مریض کو آرام دہ بستر پر لٹا کر اس پر تنویمی نیند طاری کریں اور پھر 57 مرتبہ یہ جملہ دوہرائیں کہ " تم آئندہ کبھی بھی اسٹیج پر گھبراہٹ کا شکار نہ ہوگے ۔" 3 سے 12 دن کے علاج میں مریض ٹھیک ہوجاتا ہے ۔ مریض پر 57 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر دم بھی کردیا کریں ۔

اسقاط حمل ABORTION :

بعض خواتین کو یہ بیماری ہوتی ہے کہ بار بار ان کا حمل ساقط ہوجاتا ہے ۔ جس کی وجہ سے بعض اوقات خود ان کی زندگی کو بھی شدید خطرہ ہوتا ہے

علاج:

مریضہ کو آرام دہ حالت میں بٹھا کر یا لٹا کر اس پر تنویمی کیفیت طاری کردیں اور 15 مرتبہ اللہ ھو پڑھ کر اسے بار بار یہ ترغیب دیں کہ اس کی بچہ دانی کے اردگرد نیلی شعاعوں کا حلقہ ہے اور آئندہ کبھی اسے اسقاط نہیں ہوگا ۔ کم از کم 40 مرتبہ اس ترغیب کو دوہرا دیں ۔ انشاء اللہ آئندہ کبھی اسے اسقاط حمل نہ ہوگا ۔

اشک ریزی LACHRYMATION :

یہ ایک دماغی کمزوری سے ہونے والی بیماری ہے ۔ مریض کی آنکھوں سے آنسو نکلتا رہتا ہے ۔ جن لوگوں کی قوت حیات کمزور ہوجاتی ہے یا بلڈ پریشر کم ہوتا ہے انہیں یہ بیماری ہوتی ہے ۔

علاج:

مریض کو آرام دہ حالت میں لٹائیں ۔ اسکے سر پر سفید رومال ڈالیں ۔ پھر اس پر تنویمی نیند طاری کریں اور 58 مرتبہ یہ جملہ دوہرائیں کہ " تمہاری آنکھیں آئندہ کبھی اشک فشاں نہ ہوں گی ۔ پھر 58 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اس پر دم کردیں ۔ 13 دن مسلسل علاج کریں ۔

التواء العنق : TORTICOLLIS

اسے ہم اردو میں گردن کجی بھی کہہ سکتے ہیں ۔ وجع المفاصل کی وجہ سے گردن کے عضلات اینٹھ جاتے ہیں اور سر ایک طرف ڈھل جاتا ہے ۔ اس بیماری کا علاج فزیوتھراپی سے بھی بہ مشکل ہوسکتا ہے ۔ اس بیماری کا علاج مسمریزم کے ذریعہ ممکن ہے ۔

علاج:

مریض کے کمرے میں نیلے رنگ کا بلب روشن کریں ۔ مریض کو آرام دہ حالت میں بٹھا کر یا لیٹا کر اس پر گلابی کپڑا ڈال دیں ۔ پھر بذریعہ ترغیب اس پر تنویمی نیند طاری کریں اور یہ جملہ 53 مرتبہ دوہرائیں کہ " تمہارے اینٹھے ہوئے عضلات کی اینٹھن ختم ہوگئی ہے ۔" اسکے بعد " اللہ ھو " 53 مرتبہ پڑھ کر اسکی گردن پر دم کریں ۔ آٹھ دن کا مسلسل علاج مفید ہوگا ۔

السر : ULCER

اسے ہم اردو میں پھوڑا یا ناسور بھی کہہ سکتے ہیں یہ ایک ایسا زخم ہوتا ہے جس کا منہ باہر جلد پر یا جسم کے اندر کسی جوف میں ہوتا ہے اور جس کے ساتھ رگیں گل سڑ جاتی ہیں بعض اوقات اس زخم میں پیپ بھی پڑ جاتی ہے

علاج

مریض کو آرام دہ حالت میں لٹا کر اسکے کمرے میں سبز روشنی کریں ۔ اس پر سفید چادر ڈال کر بذریعہ ترغیب تنویمی نیند طاری کریں پھر یہ جملہ 23 مرتبہ دوہرائیں کہ " تمہارا السر ختم ہوچکا ہے ۔" پھر 23 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اس پر دم کریں ۔ 5 دن میں مریض صحت یاب ہوجائے گا ۔ انشاء اللہ

انحطاط کبرسنی : SENILE DECAY

بڑھاپے میں ہونے والی اضمحلالی کیفیت اور کمزوری کا علاج مسمریزم کے ذریعے آسانی سے ممکن ہے ۔

علاج:

مریض کو آرام دہ حالت میں لٹائیں ۔ پھر اس پر تنویمی نیند طاری کریں اور 48 مرتبہ یہ جملہ دوہرائیں کہ " فرسودگی ختم ہورہی ہے ۔" پھر 48 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر پیشانی کے مقام پر دم کردیں ۔ یہ عمل لگاتار 12 دن لازمی کریں ۔

اندھاپن : BLINDNESS

یہ بیماری پیدائشی بھی ہوتی ہے اور کسی حادثے کی وجہ سے یا کسی اور وجہ سے ہوجاتی ہے پیدائشی اندھاپن کے لئے تو بہترین طریقہ یہی ہے کہ کسی کی عطیہ شدہ آنکھیں لگا دی جائیں البتہ کسی اور وجہ سے ہونے والی نابینائی کا علاج مسمریزم سے ہوسکتا ہے ۔

علاج:

مریض کی آنکھوں پر سفید رنگ کی پٹی باندھ کر آرام سے لٹادیں اور پھر اس پر تنویمی نیند طاری کریں ۔ جب مریض گہری نیند میں چلا جائے تو یہ جملہ 35 مرتبہ دوہرائیں " تم دنیا کو دیکھ سکتے ہو " پھر 35 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اس کی آنکھوں پر دم کردیں ۔ 8 سے 35 دن کے علاج سے فائدہ ہوگا ۔

انزال : EMISSION

فی زمانہ فحش فلموں اور تصاویر کی وجہ سے نفسیاتی کمزوری نے اس مرض

اور مریض میں اضافہ کر دیا ہے ۔ لڑکے اور لڑکیوں کے جسم سے سیال مادہ (منی) خارج ہوتا ہے ۔ جسے عام طور پر چھپانے کی کوشش کی جاتی ہے ۔ اس بیماری کا علاج ایک ماہر مسمریزم خوب کر سکتا ہے ۔

علاج:

مریض کو پاک صاف حالت میں کسی آسودہ جگہ پر بٹھا یا لٹا دیں اور پھر 40 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر ماتھے پر دم کریں ۔ 4 دن میں بہت فرق پڑجائے گا

بانجھ پن STERILITY :

اگر مرد عورت دونوں میں کوئی طبعی خرابی نہ ہو تو پھر دونوں کا علیحدہ علیحدہ مسمریزم کے ترغیب سے اس بیماری کا علاج کیا جاسکتا ہے ۔

علاج:

مریض کے کمرے میں نارنجی رنگ کا بلب روشن کریں ۔ مریض یا مریضہ پر سنہرے رنگ کی چادر ڈال کر آرام دہ حالت میں لٹائیں پھر یہ جملہ 47 مرتبہ دوہرائیں کہ " تمہارے یہاں اولاد کا سلسلہ بن رہا ہے ۔" پھر 47 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر مریض پر دم کر دیں ۔ انشاء اللہ صرف 11 دن کے علاج کے بعد ان کے یہاں امید کی کرن پھوٹ پڑے گی ۔

بدبوئی پسینہ BROMIDROSIS :

یہ ایک غیر معمولی حالت ہے جس میں ناگوار پسینہ خارج ہوتا ہے ۔ جلد کے ایک بیکٹیریا کی وجہ سے یہ بیماری ہوتی ہے ۔ تواتر سے نہانا ، لباس پاکیزہ

رکھنا ، اینٹی بیکٹیریائی صابن کا استعمال اور عمدہ خوشبوؤں کا استعمال بہتر ہوتا ہے تاہم مسمریزم سے بھی یہ تکلیف دہ صورت حال ختم ہو جاتی ہے ۔

علاج:

مریض پر تنویمی نیند طاری کریں ۔ کمرے میں سرخ بلب روشن کریں اور پھر یہ جملہ دوہرائیں کہ " تمہاری جلد سے خوشبو آتی ہے " یہ جملہ کم از کم 60 مرتبہ دوہرائیں اور 60 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر پورے بدن پر دم کریں ۔ 6 سے 12 دن کا علاج ہے ۔

بستر پر پیشاب ENURESIS :

عام طور پر بچوں میں یہ بیماری ہوتی ہے ۔ اور وہ رات کو بستر پر پیشاب کرتے ہیں ۔ اس بیماری کا علاج مسمریزم کے ذریعے بخوبی ہو سکتا ہے ۔

علاج:

بچے کو ایک ایسے بستر پر لٹائیں جس پر سبز رنگ کی چادر بچھی ہو اور ایک سبز چادر اسے اوڑھا دیں ۔ پھر ترغیب کے ذریعے اس پر تنویمی نیند طاری کریں اور یہ جملہ دوہرائیں کہ " آئندہ کبھی بستر پر پیشاب نہ کرو گے " 38 مرتبہ یہ جملہ دوہرانے کے بعد 38 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اس کی ناف کے مقام پر دم کریں ۔ 11 دن مسلسل کریں پیشاب کرنے کی عادت چھوٹ جائے گی ۔

بستری زخم BED SORE :

جب مریض مستقل ایک ہی حالت میں لیٹا رہتا ہے تو ریڑھ کی ہڈی کے

مقام پر پہلے جلد متاثر ہوتی ہے ۔ جلد کی رنگت سرخ ہو جاتی ہے ۔ دوسرے مرحلے میں جلد پھٹ جاتی ہے ۔ تیسرے مرحلے میں اس مقام سے جلد غائب ہو جاتی ہے اور خون و پیپ کا رساؤ شروع ہو جاتا ہے اور پھر یہ مرض ہڈی تک جا پہنچتا ہے ۔ مریض انتہائی اذیت میں مبتلا ہوتا ہے ۔ اس بیماری کے علاج میں حد درجہ احتیاط کی ضرورت ہوتی ہے ۔ طبی تدابیر کے ساتھ ساتھ مریض کا علاج مسمریزم سے بھی کیا جائے تو آرام آنے کا امکان قوی ہوتا ہے ۔

علاج:

سب سے پہلے تو مریض پر تنویمی نیند طاری کریں ۔ مریض کے کمرے میں نارنجی یا سرخ رنگ کی روشنی ضرور کریں ۔ 32 مرتبہ یہ جملہ دوہرائیں کہ " تمہاری جلد کے ٹشو دوبارہ بن رہے ہیں ۔" پھر 32 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر دم کردیں ۔ کم از کم 32 دن علاج مسلسل کریں ۔

بشر ترسی : ANTHROPHOBIA

یہ ایک نفسیاتی بیماری ہے جس میں مریض اپنے ہی جیسے انسانوں سے ڈرنے لگتا ہے ۔ اس کی مختلف وجوہات ہو سکتی ہے ۔ ماہر مسمریزم اس مریض کا علاج خوب کر سکتا ہے ۔

علاج:

مریض کو آرام دہ نشست پر بٹھا کر یہ ترغیب دیں کہ " وہ کسی سے نہیں ڈرتا صرف اللہ سے ڈرتا ہے ۔" یہ ترغیبی جملہ 64 مرتبہ دوہرائیں ۔ پھر 64 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اس کے مقام قلب پر دم کردیں کم از کم 10 دن ضرور

کریں ۔ انشاء اللہ مریض صحت یاب ہو جائے گا ۔

بصری التباس : OPTICAL ILLUSIONS

یہ بھی ایک نفسیاتی بیماری ہے جس میں مریض فریب نظر کا شکار ہو جاتا ہے ۔ اس مرض کا علاج مسمریزم کے ذریعے ممکن ہوتا ہے ۔

علاج:

مریض کو آرام دہ حالت میں لٹا کر اس پر گلابی رنگ کی چادر ڈال دیں ۔ پھر اس پر تنویمی نیند طاری کریں اور 72 مرتبہ یہ جملہ دوہرائیں کہ " تم کبھی مناظری فریب کا شکار نہیں ہو گے ۔" پھر 72 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اس پر دم کردیں ۔ 9 دن مسلسل علاج کریں ۔

بلاجر : PELLAGRA

یہ ایک ایسی بیماری ہے جو نیاسین (Niacin) کی کمی سے ہوتی ہے ۔ اس بیماری میں مریض کی جلد ، نظام ہضم اور اعصابی نظام متاثر ہوتا ہے ۔ ان افراد میں یہ بیماری زیادہ ہوتی ہے جو مکئی زیادہ استعمال کرتے ہیں ۔ سورج کی روشنی سے مریض کی جلد متاثر ہوتی ہے ۔ زبان پر ورم آجاتا ہے ۔ غشائے مخاطی سوج جاتی ہے ۔ اسہال کی شکایت ہو جاتی ہے ۔ ذہنی پریشانی رہتی ہے ۔ مزاج میں اضطراب اور کنفیوژن ہوتا ہے ۔ اپنے ماحول کے پہچاننے میں دشواری ہوتی ہے ۔ التباس حواس کی شکایت ہو جاتی ہے اور مریض چلاتا رہتا ہے ۔ اس مرض کے علاج میں تھیامین و ریبو فلاوین کے ساتھ ساتھ معتدل خوراک بھی ضروری ہوتی ہے ۔ ساتھ ہی مسمریزم کی ترغیبات بھی دی جائیں تو مریض چند دنوں میں

بہتر اور تھوڑے عرصے میں بالکل صحت مند ہو جاتا ہے۔

علاج:

مریض کو آرام دہ حالت میں بٹھا یا لٹا کر اس پر تنویمی نیند طاری کریں۔ پھر 36 مرتبہ یہ جملہ دوہرائیں کہ تمہیں "پیلگرا" کی شکایت نہیں ہے۔ اس کے بعد 36 مرتبہ "اللہ ھو" پڑھ کر اس پر دم کردیں۔ 9 دن کا مسلسل علاج شافی ثابت ہوگا۔

بے خوابی INSOMNIA

اسے سہر بھی کہا جاتا ہے۔ مزمن بے خوابی کا مرض۔ مریض پوری رات سو نہیں سکتا۔ یہ بیماری بے شمار جسمانی اور ذہنی وجوہات کی بناء پر ہوتی ہے۔ اس میں جذباتی تناؤ، طبعی درد اور بے سکونی کے علاوہ ریڑھ کی ہڈی میں خرابی کی وجہ بھی ہو سکتی ہے۔ دوائیوں کے بداثرات کی وجہ سے بھی یہ بیماری ہوتی ہے عصبی اور نفسیاتی مزاج لوگ بھی اس مرض کا شکار ہو سکتے ہیں۔ خوف، جذباتی خوف اور تناؤ (Tension) سے بھی ہو سکتی ہے۔

اسلئے اس بیماری کے علاج کا سبب تلاش کرکے اسے دور کرنا چاہیئے۔

علاج:

مریض کو آرام دہ حالت میں لٹا کر اس پر سفید کپڑا ڈالیں۔ پھر تنویمی نیند طاری کریں، پھر 40 مرتبہ یہ جملہ دوہرائیں کہ "تمہارا ذہن پرسکون ہے۔" 40 مرتبہ "اللہ ھو" پڑھ کر اس پر دم کردیں۔ کم از کم 4 دن لگاتار علاج کریں۔

بے خوابی SLEEPLESSNESS :

اس بیماری میں مریض کو نیند نہیں آتی یا آتی ہے تو جلد ٹوٹ جاتی ہے۔ اسکی مختلف وجوہات ہوتی ہیں۔ بہرحال مسمریزم کے ذریعے اس بیماری کا علاج بہت آسان ہے۔

علاج:

مریض کو آرام دہ حالت میں لٹا کر اس پر سفید چادر ڈالیں پھر تنویمی نیند طاری کریں اور یہ جملہ 43 مرتبہ دوہرائیں کہ "تمہاری بے خوابی ہمیشہ کے لئے ختم ہو چکی ہے۔" پھر 43 مرتبہ "اللہ ھو" پڑھ کر مریض کی پیشانی پر دم کردیں صرف سات دن کے علاج سے مرض ہمیشہ کے لئے جاتا رہے گا۔

پست ہو جانا COLLAPSE :

یہ ایک نفسیاتی بیماری ہے جس میں کسی صدمے سے مریض مضمحل ہو کر پست ہمت ہو جاتا ہے۔ مریض کی قوت حیات نہایت کمزور ہو جاتی ہے۔ اس بیماری کا علاج مسمریزم میں ممکن ہے۔

علاج:

مریض کو ہوادار کمرے میں آرام سے لٹائیں، پھر اس پر تنویمی نیند طاری کریں۔ جب مریض کا شعور معطل ہو جائے تو اسے ترغیب دیں کہ "تمہاری قوت ارادی بہت مضبوط ہے۔" اس جملے کو کم از کم 29 مرتبہ دوہرائیں اور 29 مرتبہ اس پر "اللہ ھو" پڑھ کر دم کریں۔ دو دن کا علاج لازمی ہے۔

تپ لرزہ AGUE :

باری کے ملیریائی بخار میں مریض وقفے وقفے کے ساتھ سردی محسوس کرتا ہے ۔اور مریض خود کو بخار زدہ ظاہر کرتا ہے ۔

علاج:

مریض کو آرام دہ حالت میں لٹا کر اس پر ایک سفید چادر ڈال دیں ۔ پھر " اللہ ھو " 16 مرتبہ پڑھ کر دم کر دیں اور تنویمی نیند طاری کرکے اسے ترغیب دیں کہ اب اس پر کپکپی طاری ہوگی اور نہ ہی وہ بخار میں ہبتلا ہوگا ۔ 16 مرتبہ اس جملے کو دوہرائیں ۔انشاء اللہ مریض ٹھیک ہوجائے گا ۔

تقاطر البول STRANGURY :

جن لوگوں کی پیشاب کی نالی سکڑ جاتی ہے ۔ انہیں تکلیف کے ساتھ پیشاب کا قطرہ قطرہ گرتا ہے ۔اس بیماری کا علاج مسمریزم کے ذریعے ممکن ہے

علاج:

مریض کے کمرے میں نارنجی رنگ کا بلب روشن کریں ۔ اسے آرام سے لٹا کر اس پر سنہرے رنگ کی چادر ڈالیں پھر بذریعہ ترغیب اس پر تنویمی نیند طاری کرکے 44 مرتبہ یہ جملہ دوہرائیں کہ " تمہارے عسرالبول کی تکلیف ختم ہوچکی ہے ۔" پھر 44 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اسکے مقام ناف پر دم کر دیں ۔ یہ عمل 8 دن کریں تو مرض ہمیشہ کے لئے ختم ہوجائے گا ۔

تنفر AVERSION :

یہ ایک نفسیاتی بیماری ہے جس میں مریض یا مریضہ کو لوگوں سے نفرت ہوجاتی ہے ۔ عام طور پر زوجین میں بھی ایک دوسرے سے شدید نفرت دیکھنے میں آئی ہے ۔ اس بیماری کا علاج ماہرین نفسیات بجلی کے جھٹکوں " Electric Shocks " کے ذریعے کرتے ہیں جو کہ خطرناک اور تشدد طریقہ ہے ۔ مسمریزم میں اس بیماری کا علاج ہوجاتا ہے ۔ اگرچہ کچھ وقت لگتا ہے ۔

علاج:

مریض کو آرام دہ بستر پر لٹا کر اس پر سفید چادر ڈال دیں ۔ پھر اس پر تنویمی نیند طاری کریں ۔ یہ ترغیبی جملہ 40 مرتبہ دوہرائیں کہ " تمہارا رویہ ہر ایک سے اچھا رہتا ہے ۔" 40 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر بھی مریض پر دم کر دیں کم از کم 40 دن علاج کی ضرورت ہوتی ہے ۔

جریان SPERMATORRHOEA :

یہ بیماری اکثر نوجوانوں کو سن بلوغت میں ہوتی ہے ۔ اسکا علاج مسمریزم کے ذریعے آسانی سے ہوسکتا ہے ۔

علاج:

مریض کے کمرے میں سرخ بلب روشن کریں ۔ مریض کو لٹا کر اس پر سرخ چادر ڈالیں پھر تنویمی نیند طاری کرکے 74 مرتبہ یہ جملہ دوہرائیں کہ " تمہاری سیلان منی رک گئی ہے ۔" پھر 74 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اسپر دم کر دیں ۔ یہ عمل مسلسل 11 دن کرنا مفید ہوگا ۔

جلق کے بداثرات :

: MASTURBATION ILL EFFECTS

مشت زنی کی عادت سے مریض کی صحت گرجاتی ہے ۔ چکر آتے ہیں ، بھوک مرجاتی ہے ، پیٹ پھولا رہتا ہے ، طبیعت گری گری رہتی ہے ۔ ذہن ماؤف رہتا ہے ۔

علاج:

مریض کو بستر پر لٹائیں ۔ اس پر نیلے رنگ کا کپڑا ڈالیں اور پھر اسے ترغیب دیں کہ " تم آئندہ ہاتھ رسی " نہیں کروگے ۔ یہ جملہ 88 مرتبہ دوہرائیں پھر 88 مرتبہ " اللہ ھو " ہلکی آواز میں پڑھ کر اسکے کانوں میں دم کردیں ۔ کم از کم 16 دن مسلسل یہ علاج کریں ۔

جنون عشق : EROTOMANIA

یہ ایک نفسیاتی بیماری ہے جس میں مریض شہوتیا کی وجہ سے جنون عشق میں مبتلا ہوجاتا ہے مسمریزم کے ذریعے اسکا علاج ممکن ہے ۔

علاج:

مریض کو آرام دہ حالت میں بٹھا کر یا لٹا کر اس پر تنویمی نیند طاری کریں پھر پاس کے ذریعے اسکے مقام دماغ کے اوپر ہاتھ پھیریں اور یہ جملہ 48 مرتبہ دوہرائیں کہ " وہ شہوتیات سے بچے گا " پھر 48 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اسکے کان میں پھونک دیں ۔ 12 دن لگاتار علاج کریں ۔

چشم خرگوشی : LAGOPHTHALMOS

اس بیماری میں ایک آنکھ مکمل طور پر بند نہیں ہوتی ۔ اسکی وجہ عضلے کی عصبی بے قاعدگی ہوتی ہے ۔

علاج:

مریض پر تنویمی نیند طاری کریں ۔ پھر اسے ترغیب دیں کہ " اسکی آنکھیں مکمل طور پر بند ہوجاتی ہیں " یہ ترغیباتی جملہ 57 مرتبہ دوہرائیں ، پھر 57 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر مریض کی آنکھ پر دم کردیں ۔ 12 دن علاج مسلسل کریں ۔

چشمک زنی : NICTALOPA

یہ ایک نفسیاتی بیماری ہے جس میں مریض اپنی پلکوں کو بار بار جھپکتا رہتا ہے اس کیفیت سے مریض خود بھی پریشان ہوتا ہے اور دیکھنے والوں کو بھی برا لگتا ہے ۔

علاج:

مریض کو آرام دہ کرسی پر بٹھا کر زرد رنگ کا کپڑا ڈال دیں ۔ پھر اس پر تنویمی نیند طاری کریں اور 46 مرتبہ یہ جملہ دوہرائیں کہ " تم چشمک زنی نہیں کروگے " پھر 46 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اسکی آنکھوں پر دم کردیں ۔ ایک سے دس دن میں مریض کی یہ عادت ختم ہوجائے گی ۔

جبس البول : ANURIA

عام طور پر یہ بیماری گردوں کے فیل ہوجانے سے ہوتی ہے ۔ مریض کا بلڈ پریشر کم ہوجاتا ہے ۔ اور پیشاب کے اخرج میں کمی ہوجاتی ہے ۔ عام طور پر 100 سے 250 ملی لیٹر سے بھی پیشاب کم آتا ہے ۔ یاد رکھیئے کہ کوئی بھی شخص 2 تک اس کیفیت کا شکار ہو کر زندہ رہ سکتا ہے پھر مرجاتا ہے ۔ اگر بالکل ابتداء میں مریض آئے تو اس کا علاج مسمریزم کے ذریعے ہوسکتا ہے ۔

علاج:

مریض کو آرام دہ حالت میں لٹا کر اس کے گردوں کے مقام پر ہاتھ پھیریں ۔ ہاتھ مقام گردہ سے کم از کم ایک انچ اوپر ہو ۔ اس دوران یہ ترغیب بھی دیں کہ " تمہارے گردوں کا نظام درست ہے اور تمہیں پیشاب کھل کر آتا ہے ۔" ساتھ ساتھ 28 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اس پر دم بھی کردیں ۔

جبس البول : ISCHURIA

اس بیماری میں مریض کے پیشاب میں رکاوٹ پڑجاتی ہے اور اسے پیشاب نہیں اترتا ہے ۔

علاج:

مریض کو سرخ کپڑا اوڑھا کر لٹا دیں ۔ اب اس پر تنویمی نیند طاری کریں اور 43 مرتبہ یہ جملہ دوہرائیں کہ تمہارے پیشاب میں کوئی رکاوٹ نہیں ہے ۔ پھر 43 مرتبہ اس پر " اللہ ھو " پڑھ کر دم کردیں ۔ سات دن مسلسل علاج کریں ۔

جبس الطمث : AMENORRHEA

یہ ایک نسوانی بیماری ہے ۔ خواتین کے ماہانہ نظام میں اچانک بندش پیدا ہوجاتی ہے ۔ عام طور پر ان لڑکیوں اور خواتین میں یہ شکایت ہوتی ہے جن کا غدہ بلغمی متاثر ہوتا ہے یا پھر بیضہ دانی میں سوجن ہوجاتی ہے ۔ اس بیماری کا علاج مسمریزم کے ذریعے باآسانی ہوتا ہے ۔

علاج:

مریضہ پر تنویمی نیند مسمریزم کے ذریعے طاری کریں اور پیشانی کے مقام پر نظریں جماکر 53 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر دم کردیں اور پھر 53 مرتبہ یہ ترغیب دوہرائیں کہ " ماہانہ نظام بالکل درست ہے ۔" کم از کم 8 دن تک یہ ترغیبی عمل ضروری ہے ۔

خبط : MANIA

اسے سودا ، سنک ، دھن اور جنون بھی کہتے ہیں ۔ یہ ایک قسم کا پاگل پن ہے جس میں انضباط کے ساتھ یا اسکے بغیر شدید جذباتیت ہوتی ہے ۔ اور جو اپنی انتہائی صورت میں تشدد آمیز ہوجاتی ہے ۔

علاج:

مریض کو آرام دہ حالت میں لٹائیں اسکے کمرے میں سبز روشنی کریں ۔ اس پر تنویمی نیند طاری کریں اور پھر 20 مرتبہ یہ جملہ دوہرائیں کہ " تمہارا حد سے زیادہ جوش کم ہورہا ہے ۔" پھر 20 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اسکے سر پر دم

کریں ۔20 دن مسلسل علاج کریں ۔

خبط / خوف PHOBIA :

غیر منطقی خوف کی کیفیت ہوتی ہے مریض کسی ایک بات کو سوچ سوچ کر دہشت زدہ ہوتا رہتا ہے ۔ بعض اوقات کسی جانور، کیڑے یا گرد و غبار سے بھی عجیب طرح کے تناؤ کا شکار ہوجاتا ہے ۔ بلندی اور پستی سے بھی اسے خوف کا احساس ہوتا ہے ۔ اس میں مریض پر تھکن طاری ہوجاتی ہے ۔ اختلاج قلب کی شکایت ہوجاتی ہے ۔ کبھی متلی ہونے لگتی ہے ۔

یہ بیماری ابتدائی عمر میں کسی ناگوار واقعے کی وجہ سے شروع ہوتی ہے ۔ اور مریض کے لاشعور میں وہ چیز کسی علامت کی شکل اختیار کرلیتی ہے ۔

اس بیماری کا علاج ایک ماہر مسمریزم اپنے عمل اور عمدہ اخلاق و رویے سے صرف 6 دن میں کرسکتا ہے ۔

علاج:

مریض کو آرام دہ بستر پر لٹائیں ۔ اس پر نیلی چادر ڈالیں ۔ اسکے کمرے میں نیلا بلب روشن کریں ۔ اور پھر بذریعہ ترغیب اس پر تنویمی نیند طاری کریں جب مریض پر نیند طاری ہوجائے تو یہ جملہ 33 مرتبہ دوہرائیں کہ " تمہارے شعور و لاشعور میں پوشیدہ ہر قسم کا خوف نکل چکا ہے ۔" پھر 33 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اس پر دم کردیں ۔

خفقان PALPITATION :

اس بیماری میں دل کی دھڑکن غیر معمولی طور پر بڑھ جاتی ہے ۔ لیکن یہ کوئی دل کی بیماری نہیں ہے ۔ بعض لوگوں کو بعض ورزشوں سے بھی یہ تکلیف

ہوجاتی ہے ۔ بہت سے نارمل انسان کو بھی تکیے پر سر رکھتے ہی اپنے دل کی دھڑکن سنائی دینے لگتی ہے ۔ بہرحال اس بیماری یا نفسیاتی کیفیت کا علاج مسمریزم کے ذریعے بآسانی ممکن ہے ۔

علاج:

مریض کو آرام دہ بستر پر لٹا دیں ۔ اس پر ہلکے سرخ رنگ کی چادر ڈال دیں پھر رفتہ رفتہ ترغیب دے کر اس پر تنویمی نیند طاری کریں ۔ جب مریض حالت تنویم میں چلا جائے تو پہلے " اللہ ھو " 52 مرتبہ پڑھ کر اسکے مقام دل پر دم کردیں پھر یہ جملہ 52 مرتبہ دوہرائیں کہ " تمہیں آئندہ اختلاج قلب کی شکایت نہ ہوگی ۔" کم از کم سات دن یہ عمل مسلسل دوہرائیں ۔

خفیف مرگی PETIT MAL :

ہلکے قسم کی مرگی جس میں بے ہوشی کے دورے مختصر ہوتے ہیں اور عموماً تشنج کی صورتیں نہیں ہوتیں ۔ بعض اوقات اس قسم کے دورے دن میں کئی بار بھی پڑجاتے ہیں ۔ عام طور پر بلوغت کی عمر کے نزدیک لڑکے لڑکیوں کو اس قسم کے دورے زیادہ پڑتے ہیں ۔ مسمریزم کے ذریعے اس بیماری کا علاج آسانی سے ممکن ہے ۔

علاج:

مریض کو آدم دہ بستر پر لٹا کر اس پر نیلے رنگ کی چادر ڈال دیں پھر بذریعہ ترغیب تنویمی نیند طاری کریں ۔ جب مریض / مریضہ پر تنویمی نیند طاری

ہوجائے تو 35 مرتبہ یہ طلسمی جملہ دوہرائیں کہ " تمہارے دماغ کی بیخ مضبوط ہوچکی ہے ۔" پھر 35 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اسکے سر پر دم کردیں ۔ایک ہفتے کا مسلسل علاج کافی ہوگا ۔

خلل اعصاب HYSTERIA :

اسے اختناق الرحم ، باؤگولہ ، نفسیاتی خلل ، شدید جذباتیت وغیرہ کہتے ہیں ۔ عام طور پر کسی جذباتی ہیجان کی وجہ سے یہ بیماری ہوتی ہے ۔ مریض کو اپنے جذبات پر کنٹرول نہیں رہتا ۔

علاج:

اس بیماری کا علاج بہترین ماہرین مسمریزم آسانی سے کرسکتے ہیں ۔ مریض یا مریضہ کو آرام دہ حالت میں لٹائیں ۔ اس پر سنہرے رنگ کی چادر ڈالیں پھر تنویمی نیند طاری کریں اور یہ ترغیباتی جملہ 42 مرتبہ دوہرائیں کہ " تمہارے جذبات تمہارے کنٹرول میں ہیں ۔" پھر 42 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اس پر دم کردیں ۔ 6 دن کا علاج ہے ۔

خواب خرامی SOMNABULISM :

خواب خرامی کی یہ کیفیت 3 یا 4 درجے کی ہوتی ہے ۔ مریض بستر چھوڑ کر چل پڑتا ہے ۔ اس کیفیت کا دورانیہ متعدد منٹ سے نصف گھنٹے تک یا اس سے بھی طویل ہوتا ہے عام طور پر بچوں میں یہ شکایت زیادہ ہوتی ہے ۔ لڑکیوں کی نسبت لڑکے اس بیماری کا زیادہ شکار ہوتے ہیں ۔ عام طور پر تھکن ، تناؤ ، خواب آور دوائی کے استعمال اور سوتے وقت تنویمی کیفیت طاری کرنے کی وجہ سے یہ بیماری ہوتی ہے ۔ اس بیماری کا علاج بھی مسمریزم کے ذریعے بخوبی ہوسکتا

ہے ۔

علاج:

مریض کو آرام دہ حالت میں بٹھا کر یا لٹا کر اس پر نیلے رنگ کی چادر ڈالیں ۔ کمرے میں نیلے رنگ کی روشنی کریں اور پھر اس پر تنویمی نیند طاری کرکے یہ جملہ 39 مرتبہ دوہرائیں کہ " تمہاری خواب خرامی کی عادت ختم ہورہی ہے ۔" 12 دن یہ عمل کریں ، پھر 39 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر مریض کی پیشانی پر دم کردیں ۔

خوف FEARS :

خوف دراصل وہ دردناک داخلی کیفیت ہے جو کسی برائی یا منڈلاتے ہوئے خطرے کے خیال سے پیدا ہوجاتی ہے ۔ مریض اضطرابی کیفیت میں رہتا ہے ۔

علاج:

مریض کے کمرے میں بنفشی روشنی رکھیں ۔ مریض پر تنویمی نیند طاری کریں ۔ اور 22 مرتبہ یہ جملہ دوہرائیں کہ " تم ہر اندیشے سے آزاد ہو ۔" پھر 22 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر مریض کے کانوں میں پھونک دیں 22 دن مسلسل علاج ضروری ہے ۔

داء الرقص CHOREA

یہ ایک نفسیاتی بیماری ہے مریض عجیب و غریب غیر اختیاری اشارے اور

حرکتیں کرتا ہے ۔ اس مرض میں دماغ ، ذہن اور جسم میں ربط نہیں رہتا ۔ مریض کبھی اپنی انگلیوں کو پھیلاتا ہے ۔ کبھی شانے اچکاتا ہے ۔ بعض اوقات مریض ہیجان میں بتلا ہوتا ہے ۔ اس کے جذبات میں تلاطم بپا ہوتا ہے ۔ وہ کمزور اور مضطرب ہوتا ہے ۔ اس بیماری کا علاج ماہر مسمریزم بخوبی کر سکتا ہے ۔

علاج:

مریض کو آرام دہ حالت میں لٹا یا بٹھا کر اس پر تنویمی نیند طاری کریں پھر یہ جملہ 32 مرتبہ دوہرائیں کہ " تمہارے دل و دماغ اور جسم میں ہم آہنگی ہے ۔" پھر 32 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اس کی ریڑھ کی ہڈی پر دم کردیں ۔ کم از کم 5 دن یہ علاج لازمی کریں ۔

دائم خیزی PRIAPISM :

یہ بیماری مردوں کو لاحق ہوتی ہے ۔ کمر کی ہڈی میں غیر معمولی تبدیلی کی وجہ سے بغیر شہوت کے ہی لعظ کی حالت ہوتی ہے ۔ مریض سخت درد بھی محسوس کرتا ہے ۔ اس بیمازی کا علاج مسمریزم میں آسان ہے ۔

علاج:

مریض کو آرام دہ بستر پر لٹا دیں ۔ اس پر تنویمی نیند طاری کریں ۔ اور 47 مرتبہ یہ جملہ دوہرائیں کہ " عضو تناسل کی دائمی خیزش ختم ہورہی ہے ۔" پھر 47 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اسکی کمر کے مقام پر دم کردیں ۔ 11 دن

دردکمر BACKACHE :

خون میں تیزابیت کی زیادتی کی وجہ کلوی نمکیات میں کمی ہوجاتی ہے تو

پیٹھ کے پٹھوں میں درد کا شدید احساس ہوتا ہے ۔ ریڑھ کے کسی مہرے میں انشقاق کی وجہ سے بھی یہ تکلیف ہوجاتی ہے ۔ مقام درد پر حرارت پہنچانا بہتر ہوتا ہے ۔

علاج:

مریض کی پیٹھ پر نارنجی رنگ کا کپڑا ڈال کر اسے الٹا لٹا دیں اور آہستہ آہستہ ترغیب دیں کہ " اسکی کمر میں کوئی درد نہیں ہے ۔" یہ جملہ کم از کم 25 مرتبہ دوہرائیں ۔ ساتھ ہی 25 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر بھی درد کمر کے مقام پر دم کردیں ۔ یاد رکھیئے جب تک مریض پر تنویمی حالت طاری نہ ہوجائے جملہ نہ دوہرائیں ۔

درد گردہ NFPHRALGIA :

اس بیماری میں مریض کے گردوں میں شدید درد ہوتا ہے ۔ مسمریزم کے ذریعے اس مرض کا علاج ممکن ہے ۔

علاج:

مریض کو آرام دہ حالت میں لٹا کر اس پر تنویمی نیند طاری کریں ۔ پھر 55 مرتبہ یہ جملہ دوہرائیں کہ " تمہارے گردوں کا درد ختم ہوگیا ہے ۔" 55 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اس پر دم کریں ۔ کم از کم 10 دن علاج کریں ۔

دق CONSUMPTION :

اسے اردو میں تپ دق اور سل بھی کہا جاتا ہے ۔ یہ پھیپھڑوں کی ایک

خطرناک بیماری ہے لیکن یہ ہڈیوں میں اور جسم کے دوسرے اعضاء میں بھی ہوتی ہے ۔اس بیماری کا علاج مسمریزم سے ممکن ہے ۔اگرچہ وقت لگتا ہے ۔

علاج:

مریض کو آرام دہ حالت میں ایسے کمرے میں لٹائیں جس میں ہلکے نیلے رنگ کی روشنی کا انتظام ہو ۔ پھر روزانہ مریض پر تنویمی نیند طاری کرکے اسے یہ ترغیب دیں کہ " تمہارے جسم سے سل رفتہ رفتہ ختم ہورہا ہے ۔" یہ جملہ 51 مرتبہ دوہرائیں ۔ ساتھ ہی روزانہ 51 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اس پر دم بھی کریں ۔

دل کی جلن : ENDOCARDITIS

یہ دل کے اندرونی حصوں کے ورم کی وجہ سے ہوتی ہے ۔ ادویاتی علاج کے ساتھ ساتھ مسمریزم کے ذریعے بھی علاج کریں تو مریض تھوڑے دنوں میں ٹھیک ہوجاتا ہے ۔

علاج:

مریض کو لٹا کر بذریعہ ترغیب اس پر ہلکی تنویمی نیند طاری کریں پھر یہ جملہ 58 مرتبہ دوہرائیں کہ " ورم بطانہ قلب ختم شد " پھر 58 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر مقام قلب پر دم کردیں ۔ 13 دن کا علاج ہے ۔

دماغی تکان : BRAIN FAG

اس مرض میں مریض کی دماغی حالت میں خستگی پیدا ہوجاتی ہے اور وہ ہر وقت دماغی تکان کا شکار رہتا ہے ۔

علاج:

مریض کے سر پر سبز رنگ کا کپڑا باندھیں ۔ اس کے کمرے میں بھی سبز روشنی کریں اور پھر اس پر تنویمی نیند طاری کرنے کے بعد یہ جملہ 40 مرتبہ دوہرائیں کہ " تمہارا دماغ مستعد ہے " پھر 40 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اس پر دم کردیں ۔ یہ عمل 4 دن مسلسل کریں ۔

دمہ : ASTHMA

ضیق النفس جی ہاں اس بیماری کو عام طور پر لاعلاج تصور کیا جاتا ہے حالانکہ مسمریزم کے ماہرین اس بیماری کا علاج بڑی کامیابی سے کرتے ہیں ۔

علاج:

مریض کو آرام دہ جگہ پر لٹا کر اس پر تنویمی نیند طاری کریں ۔ پھر یہ ترغیب دیں کہ " اس کا نظام تنفس صحیح کام کررہا ہے ۔" یہ جملہ 17 مرتبہ دوہرائیں ۔ اور 17 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اس پر دم کریں یہ علاج کم از کم 8 دن مسلسل کریں ۔

دنوندی : DAY BLINDNESS

یہ ایک نفسیاتی بیماری ہے ۔ عام طور پر بچپن میں دافع تشنج ادویات کے استعمال سے ہوجاتی ہے ۔

علاج:

مریض کو مسمریزم کے عمل کے ذریعے سلا کر اسے یہ ترغیب دیں کہ

"اسکی بصارت مکمل ہے ۔" یہ ترغیب 47 مرتبہ دوہرائیں ۔ پھر 47 مرتبہ "اللہ ھو" پڑھ کر اس کی آنکھوں میں دم کردیں ۔11 سے 47 دن کا وقت لگ سکتا ہے ۔

دواخوئی DRUGS ABUSE :

بعض افراد کو بغیر کسی معالجاتی سبب کے مختلف دواؤں کے کھانے کی عادت ہوجاتی ہے ۔ اسی طرح بعض لوگ الکوحل ، کوکین ، ہیروئن اور افیون کھانے لگتے ہیں ۔جس کی وجہ سے ان کے جسم کے بعض عضو متاثر ہوتے ہیں ۔ ان کی قوت حیات میں کمی آتی ہے اور معاشرے میں ایسے لوگ نظروں سے گر جاتے ہیں ۔ یہ ایک ذہنی عارضہ ہے ۔

علاج:

مریض کو آرام دہ حالت میں نہلا دھلا کر لٹا دیں ۔ پھر "اللہ ھو" 39 مرتبہ پڑھ کر اس کی پیشانی پر دم کریں ۔ پھر اس پر تنویمی نیند طاری کرنے کے بعد اسے یہ ترغیب دیں کہ "وہ کبھی نشہ آور چیز نہ لے گا" اس ترغیب کو بھی 39 مرتبہ دوہرائیں ۔

دوران سر VERTIGO :

اس مرض میں مریض یہ محسوس کرتا ہے کہ وہ یا اس کا ماحول چکرا رہا ہے یا چکر کھا رہا ہے ۔انسانی جسم کے نظام توازن میں فرق پڑجائے تو یہ بیماری ہوتی ہے ۔ بعض اوقات نفسیاتی طور پر بھی سر میں چکر کا احساس ہوتا ہے ۔ اس بیماری کا علاج مسمریزم کے ذریعے بہ آسانی ممکن ہے ۔

علاج:

مریض کو آرام دہ حالت میں لٹا دیں ۔ اسکے کمرے میں نارنجی رنگ کی روشنی کریں ۔ اس پر سفید چادر ڈالیں ۔ اور تنویمی نیند طاری کرنے کے بعد 42 مرتبہ یہ جملہ دوہرائیں کہ "تمہارے جسم کا نظام توازن اعتدال میں ہے ۔" پھر 42 مرتبہ "اللہ ھو" پڑھ کر اسکی پیشانی پر دم کردیں 8 دن کا مسلسل علاج ہمیشہ کے لئے اس مرض سے نجات دلا دے گا ۔

دورہ غش SYNCOPE :

مختصر وقت کے لئے شعور معطل ہوجاتا ہے تو یہ بیماری ہوتی ہے ۔ عام طور پر گھٹنوں کے درمیان سر رکھ کر بیٹھنے سے طبیعت سنبھل جاتی ہے ۔ اسکی بے شمار وجوہات ہوسکتی ہیں ۔ ماحول میں اچانک تبدیلی ، جذباتی تناؤ ، عصب تائی کے ہیجان ، زیادہ پسینہ آنا وغیرہ سے یہ دورہ غش پڑتا ہے ۔ مسمریزم کے ذریعے اسکا علاج ممکن ہے ۔

علاج:

مریض کو آرام دہ حالت میں لٹا دیں ۔ مریض کے کمرے میں ہلکے نیلے رنگ کا بلب روشن کریں ۔ مریض پر زرد چادر ڈالیں ۔ پھر بذریعہ ترغیب تنویمی نیند طاری کرکے 34 مرتبہ یہ جملہ دوہرائیں کہ "آئندہ تم پر غشی کے دورے نہیں پڑیں گے ۔" پھر 34 مرتبہ "اللہ ھو" پڑھ کر مریض پر دم کردیں ۔ سات دن کا علاج کافی ہوگا ۔

دیوانگی : INSANITY

یہ ایک دماغی بیماری ہے جس میں مریض کی عقل میں فتور پڑجاتا ہے۔ مریض سماجی اور معاشرتی قوانین کی خلاف ورزی کرنے لگتا ہے۔ اور وہ انتہائی حماقتیں کرنے لگتا ہے۔ مسمریزم کے ذریعے اس بیماری کا علاج ممکن ہے۔

علاج:

مریض کو لٹا کر اس پر سفید چادر ڈالیں پھر اسکی آنکھوں میں دیکھتے ہوئے ترغیب دیں کہ تم سو رہے ہو جب اس پر نیند طاری ہوجائے تو پھر 39 مرتبہ جملہ دوہرائیں کہ " تمہارے ارادے اچھے ہیں "۔ پھر 39 مرتبہ ہلکی آواز سے " اللہ ھو " پڑھ کر اس پر دم کردیں۔ کم از کم 12 دن مسلسل علاج شرط ہے۔

ذات الجنب : PLEURISY

پھیپھڑوں کے ورم کی وجہ سے پسلیوں میں درد ہوتا ہے۔ پہلے مریض پر لرزہ طاری ہوتا ہے۔ پھر جو حصہ ماؤف ہوجاتا ہے اس میں شدید چبھن کا احساس ہوتا ہے۔ جو گہرے سانس لینے اور کھانسنے سے شدید ہوجاتی ہے۔ کھانسی خشک ہوتی ہے۔ نبض سخت اور تیز ہوجاتی ہے۔ پیشاب تھوڑا مگر سرخ آتا ہے مریض کا چہرہ پیلا پڑجاتا ہے۔

علاج:

مریض کو آرام دہ حالت میں لٹا کر اس پر چادر ڈال دیں اسے یہ ترغیب دیں کہ " تمہارے پھیپھڑوں کی سوزش ختم ہوگئی ہے "۔ یہ جملہ 44 مرتبہ دوہرائیں پھر 44 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اس کے پھیپھڑوں کے مقام پر دم

کردیں۔ 8 دن مسلسل علاج کریں۔

رسولی : TUMORS

جسم کے کسی حصے کی غیر معمولی سوجن یا نئے خلیے کی نمود کو کم و بیش مدور شکل میں ہو لیکن سوجن کے باعث نہ ہو اور جس حصے میں ہو اس سے ساخت میں مختلف ہو۔ اس میں گرمی کا احساس ہو یا درد ہو یا وہ جگہ سرخ ہو۔ میڈیکل سائنس کے مختلف شعبوں میں اسکا علاج ممکن ہے لیکن مسمریزم کے ذریعے بھی ممکن ہے۔ جبکہ صورتحال میں پیچیدگی پیدا ہوگئی ہو۔

علاج:

مریض کو آرام دہ حالت میں بٹھا کر یا لٹا کر اسکے کمرے میں سبز روشنی کردیں اور اس پر پیلی چادر ڈال دیں۔ پھر تنویمی نیند طاری کرکے یہ ترغیباتی جملہ 25 دوہرائیں کہ " تمہارا متورم حصہ ٹھیک ہورہا ہے "۔ پھر 25 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر مقام متاثر پر دم کردیں۔ کم از کم سات دن لازمی علاج کریں۔

رعشہ اصابع : ATHETOSIS

یہ بیماری عصبی عضلی حالت میں خرابی کی وجہ سے ہوتی ہے۔ عام طور پر زیادہ لکھنے والے اس مرض کا شکار ہوجاتے ہیں۔ عصبی مزاج لوگ بھی اس بیماری کا شکار ہوتے ہیں۔ ہاتھوں میں یا پاؤں میں اور ان کی انگلیوں میں رعشہ ہوتا ہے۔ اس بیماری کا علاج مسمریزم کے ذریعے بخوبی ممکن ہے۔

علاج:

مریض پر تنویمی نیند طاری کریں ۔ اور یہ ترغیب دیں کہ " اس کے اساسی جسیمہ میں کوئی خرابی نہیں ہے ۔" اس ترغیب کو 35 مرتبہ دوہرائیں ۔ 35 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اس کی ریڑھ کی ہڈی پر دم کردیں ۔ 10 دن علاج کریں مریض کے ہاتھوں پر تنویمی نیند طاری کرنے سے پہلے سبز رنگ کا رومال ضرور لپیٹ دیں ۔

رنج : GRIEF

پوری دنیا کے انسانوں کی یہ نفسیاتی کیفیت ہے کہ کسی چیز کے ضائع ہوجانے کی وجہ سے وہ گہری کوفت میں مبتلا ہوجاتے ہیں ۔ بعض اوقات یہ رنج اس قدر شدید ہوتا ہے کہ مریض کا خود کار عصبی نظام ناکارہ ہوجاتا ہے ۔ دل کی دھڑکن بڑھ جاتی ہے ۔ سانس تیز چلنے لگتی ہے ۔ آنکھیں پتھرا جاتی ہیں ۔ پسینہ خارج ہونے لگتا ہے ۔ بال کھڑے ہوجاتے ہیں ۔

علاج:

مریض کو آرام سے لٹائیں ۔ اس پر نیلا کپڑا ڈالیں ۔ 36 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر دم کریں ۔ پھر تنویمی نیند طاری کریں ۔ اور 36 مرتبہ یہ جملہ دوہرائیں کہ " تمہارا دل و دماغ پرسکون ہے ۔" کم از کم 9 دن عمل دوہرائیں ۔

رنگندھاپن : COLOUR.BLINDNESS

اس بیماری میں مریض رنگوں میں تیز نہیں کرسکتا ہے ۔ یہ دراصل آنکھوں میں کسی خرابی کی وجہ سے ہوتی ہے ۔ اس کی دو اقسام ہیں ۔ ایک میں

مریض سبز اور سرخ رنگ میں تیز نہیں کرپاتا ۔ دوسری موروثی ہوتی ہے ۔ اس میں مریض صرف سفید ، بھورے اور سیاہ رنگ کو دیکھ سکتا ہے ۔ پردہ بصارت کے کون میں خرابی سے یہ بیماری ہوتی ہے ۔ مسمریزم کے ذریعے اس کا علاج ممکن ہے ۔

علاج:

مریض پر تنویمی نیند طاری کریں اور اسے ترغیب دیں کہ " تم رنگوں میں تیز کرسکتے ہو ۔" یہ جملہ 65 مرتبہ روزانہ 11 دن تک دوہرائیں ۔ اور 65 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اس کی آنکھوں پر دم کردیں ۔ انشاء اللہ یہ شکایت ختم ہوجائے گی ۔

رنگین بھوت POLYCHROME SPECTRA

:

یہ ایک ذہنی یا نفسیاتی بیماری ہے ۔ جس میں مریض کو رنگ برنگ کی شکلیں نظر آتی ہیں جن سے وہ ایک ذہنی اضطراب کا شکار ہوجاتا ہے ۔ اس بیماری کا علاج بھی مسمریزم کے ذریعے ممکن ہے ۔

علاج:

مریض کو آرام دہ بستر پر لٹا کر اس پر سبز چادر ڈال دیں ۔ پھر اس پر تنویمی نیند طاری کریں ۔ جب مریض پوری طرح سو جائے تو اسے یہ ترغیب دیں کہ " تم کبھی بھی مضطرب نہیں ہوگے ۔" یہ جملہ 86 مرتبہ دوہرائیں پھر 86

مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اس پر دم کردیں ۔ یہ عمل 14 دن لازمی کرنا ہوگا ۔

ذبحہ صدر ANGINA PECTORIS :

درد دل کی یہ بیماری دراصل جذباتی تناؤ اور دوسروں کے سرد مہر رویے کی وجہ سے ہوتی ہے ۔ مریض عام طور پر مقام دل کے علاوہ بائیں بازو میں بھی درد محسوس کرتا ہے اور دم گھٹتا ہوا محسوس کرتا ہے ۔ اس کا علاج ایک ماہر مسمریزم خوب کرسکتا ہے ۔

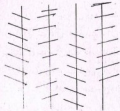
علاج:

مریض کو آرام دہ بستر پر لٹا کر اس پر نارنجی رنگ کی چادر ڈال دیں اور پھر 70 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اس کے دل کے مقام پر دم کردیں ۔ اور آہستہ آہستہ دل کے مقام سے سات انچ اوپر ہاتھوں سے پاس کرتے جائیں اور یہ ترغیب دوہراتے جائیں کہ " دل حالت سکون میں ہے ۔" سات دن لازمی علاج کریں ۔

زولنرالتباس

ZOLLNER ILLUSION :

یہ ایک نفسیاتی بیماری ہے اس میں عمودی لکیریں نقشہ میں متوازی نظر آتی ہیں ۔

نقشہ

علاج:

مریض کو آرام دہ بستر پر لٹا کر اس پر تنویمی نیند طاری کریں ۔ پھر اسے یہ ترغیب دیں کہ " تمہیں ہر لکیریں درست نظر آتی ہیں ۔" یہ جملہ 78 مرتبہ دوہرائیں اور 78 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر مریض کی آنکھوں پر دم کردیں ۔ مدت علاج 15 دن ہے ۔

سبق الرجال SATYRIASIS :

یہ بیماری دراصل مردوں کو ہوتی ہے ۔ یعنی مردوں میں ناقابل برداشت شہوت کا روگ ہے ۔ اس بیماری کا علاج مسمریزم سے آسانی سے ہوتا ہے ۔

علاج:

مریض کو آرام دہ بستر پر لٹا کر اس پر سبز کپڑا ڈال دیں ۔ پھر اس پر تنویمی نیند طاری کریں اور یہ ترغیب 41 مرتبہ دوہرائیں کہ " جنون شہوت ختم ہورہا ہے ۔" پھر 41 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اس پر دم کردیں ۔

سراجہ GLANDERS :

یہ بیماری انسانوں کو عصیہ باسل کی وجہ سے ہوتی ہے اور گھوڑوں و دیگر پالتو جانوروں کی وجہ سے لاحق ہوجاتی ہے ۔ اس میں گلے کے غدود سوج جاتے ہیں ۔ ناک بہنے لگتی ہے ۔ پھیپھڑے متورم ہوجاتے ہیں اور جلد کی رنگت بدل جاتی ہے ۔ اس بیماری کی وجہ سے ہڈیاں ، جگر اور مرکزی عصبی نظام کے نساجٔ تباہ ہوجاتے ہیں ۔ جسکی وجہ سے موت بھی واقع ہوسکتی ہے ۔ افریقہ ، ایشیاء ، جنوبی امریکہ ، یورپ اور شمالی امریکہ میں کافی لوگوں کو ہوتی ہے ۔

علاج:

مریض کو آرام دہ حالت میں لٹائیں پھر اس پر 35 مرتبہ "اللہ ھو" پڑھ کر دم کریں ۔ پھر تنویمی نیند طاری کریں اور 35 مرتبہ یہ جملہ دوہرائیں کہ "تمہارے جسم سے عصیہ باسل نکل گیا ہے ۔" کم از کم 8 دن کا لازمی علاج ہے

سراسیمگی / ہذیان DELIRIUM :

مریض کنفیوژن اور بے چینی کی حالت میں ہذیان بکنے لگتا ہے ۔ عام طور پر اس کے ذہن میں کوئی خوف ہوتا ہے یا وہ التباس حواس کا شکار ہوتا ہے ۔ عام طور پر ریڑھ کی ہڈی میں کوئی خرابی ہوجائے تو یہ تکلیف ہوجاتی ہے ۔ جسمانی یا ذہنی صدمے سے بھی بعض افراد اس مرض کا شکار ہوجاتے ہیں ۔ یہ کیفیت اگرچہ تھوڑے وقفے کے لئے ہوتی ہے ۔ اگر مسلسل یہ کیفیت ہو تو دماغ متاثر ہوسکتا ہے ۔ ہذیان کے مریض کی نگہداشت ضروری ہوتی ہے ۔ ورنہ وہ حادثے کا شکار ہوجاتا ہے یا خود کو بھی زخمی کرلیتا ہے ۔ طویل عرصے تک جن افراد کو یہ شکایت ہوتی ہے ۔ ان میں وٹامن کی کمی بھی ہوجاتی ہے ۔

علاج:

مریض کے کمرے میں سبز بلب روشن کریں ۔ اس کے بستر کی چادر اور کھڑکیوں کے پردے بھی ہلکے سبز رنگ کے ہوں ۔ مریض پر تنویمی نیند طاری کریں اور اسے یہ ترغیب 48 مرتبہ دیں کہ "اس کے ذہن میں کوئی کنفیوژن نہیں ہے ۔" پھر 48 مرتبہ "اللہ ھو" پڑھ کر اس کے مقام ریڑھ کی ہڈی پر دم کردیں ۔ علاج کی مدت 3 سے 12 دن ہے ۔

سکتہ APOPLEXY :

عام طور پر ریڑھ کی ہڈی کے متاثر ہونے کی وجہ سے اور تلی کے متاثر ہونے کی وجہ سے مریض پر سکتہ طاری ہوجاتا ہے ۔

علاج:

مریض پر بنفشی رنگ کا کپڑا ڈال کر لٹادیں اور آہستہ آہستہ ترغیب دیں کہ "وہ اپنے جسم کو حرکت دے سکتا ہے ۔" یہ جملہ کم از کم 44 مرتبہ دوہرائیں پھر 44 مرتبہ "اللہ ھو" پڑھ کر ریڑھ کی ہڈی کے مقام پر دم کردیں ۔ کم از کم 8 دن یہ عمل کریں ۔

سکتہ CATALEPSY :

یہ ایک اعصابی بیماری ہے جو اکثر قوت ارادی اور حواس کے معطل ہوجانے سے ہوجاتی ہے ۔ اس میں رگ و پٹھوں میں تناؤ پیدا ہوجاتا ہے ۔ اس بیماری کے علاج کیلئے مریض کو نیلے رنگ کے کمرے میں رکھیں اور مسمریزم سے علاج کریں ۔

علاج:

مریض کو آرام دہ حالت میں لٹا کر آہستہ آہستہ ترغیب دیں کہ " اس کے تمام حواس سرگرم عمل ہیں ۔" یہ جملہ 30 مرتبہ دوہرائیں اور 30 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اس کی پیشانی پر دم کر دیں ۔

سلسل البول POLYURIA :

عام طور پر جتنا پیشاب نارمل حالت میں ہوتا ہے اس سے بہت زیادہ ہونے لگتا ہے ۔ یہ بیماری ذیابطیس ، دل کے فیل ہوجانے اور گردوں کے نظام میں خرابی پیدا ہوجانے کی وجہ سے ہوتی ہے ۔ مسمریزم کے ذریعے اسکا علاج آسانی سے ممکن ہوتا ہے ۔

علاج:

مریض کو آرام دہ حالت میں لٹائیں ۔ اسکے کمرے میں ہلکے نیلے رنگ کا بلب روشن کریں ۔ پھر اس پر تنویمی نیند طاری کریں ۔ اور یہ ترغیب دیں کہ " پیشاب کی کثافت کم ہورہی ہے ۔" یہ جملہ 45 مرتبہ دوہرائیں ۔ پھر 45 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اس پر دم کر دیں ۔ یہ عمل 9 دن کریں مسلسل علاج کریں

سیلان اشک EPIPHORA :

اکثر خواتین و حضرات کو جذباتیت کی وجہ سے سیلان اشک کی شکایت ہوجاتے ہیں ۔ وہ بات کرتے کرتے رونے لگتے ہیں اور ان کے آنکھوں سے آنسو جاری ہوجاتا ہے ۔

علاج:

مریض کو آرام دہ حالت میں لٹا کر اس پر تنویمی نیند طاری کریں اور یہ

جملہ دوہرائیں کہ " تمہارے اشکی غدود میں کوئی خلل نہیں ہے ۔" 52 مرتبہ یہ جملہ دوہرائیں پھر 52 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اسکے ماتھے پر دم کریں ۔ سات دن کا علاج ہے ۔

سیلاب دھن PTYALISM :

لعابیت جی ہاں یہ بیماری حمل ، درد ، معدہ ، سگ گزیدگی ، گھیگا ، خواتین میں نظام حیض کی خرابی ، مرگی ، ہسٹریا ، عصبی حالتوں اور گیسٹرک کی وجہ سے ہوتی ہے اس بیماری کا علاج مسمریزم سے ممکن ہے ۔

علاج:

مریض کو آرام دہ حالت میں لٹا کر اس پر سفید چادر ڈالیں ۔ پھر تنویمی نیند طاری کر دیں اور یہ جملہ 34 مرتبہ دوہرائیں کہ " تمہاری لعابیت ختم ہورہی ہے ۔" پھر 34 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اس پر دم کرڈیں ۔ یہ عمل سات دن لگاتار کریں ۔

سیلان شحم SEBORRHOEA :

یہ بیماری مردوں اور عورتوں کو ہوتی ہے ۔ اس میں روغنی جریان یا لیکوریا کی شکایت ہوجاتی ہے ۔ مرض جوں جوں پرانا ہوتا جاتا ہے ۔ مریض اندرونی طور پر گھلتا جاتا ہے ۔ بینائی کمزور ہوجاتی ہے ۔ مسمریزم سے علاج آسانی سے ہوجاتا ہے ۔

علاج:

مریض کو آرام دہ حالت میں لٹا کر اس پر تنویمی نیند طاری کریں اور پھر

52 مرتبہ یہ ترغیبی جملہ دوہرائیں کہ " روغنی غدوودں میں سے روغنی اجزا. کا اخراج بند ہوگیا ہے " پھر 52 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اسکی پیشانی پر دم کردیں یہ علاج سات دن کریں ۔

شبق النساء NYMPHOMANIA :

اس نفسیاتی بیماری میں عورتوں میں غیر معمولی جنسی خواہش بیدار ہوجاتی ہے ۔ اکثر یہ بیماری لاشعوری ذاتی کفائتی تضاد کی وجہ سے لاحق ہوتی ہے

علاج:

مریضہ کو آرام دہ حالت میں لٹا کر اس پر تنویمی نیند طاری کریں ۔ اسکے کمرے میں ہلکی نیلی روشنی والا بلب جلائیں ۔ جب مریضہ پر نیند طاری ہوجائے تو یہ جملہ 57 مرتبہ دوہرائیں کہ " تمہیں اپنی سوچ پر کنٹرول حاصل ہے ۔" پھر 57 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اس پر دم کردیں 3 سے 12 دن میں مریضہ بالکل ٹھیک ہوجائے گی ۔

شراب نوشی ALCOHOLISM :

یہ ایک ہلاکت خیز بیماری ہے ۔ بعض لوگ اسکے ایسے عادی ہوجاتے ہیں کہ وہ صرف شراب پر ہی زندہ رہتے ہیں ۔ پوری دنیا میں اسے ایک غیر قانونی نشہ سمجھا جاتا ہے ۔ اسکی وجہ سے حادثات بھی ہوتے ہیں اور مالی خسارے بھی ۔ مریض اکثر جذباتیت کا مظاہرہ کرتا ہے ۔ اسمیں برداشت کی قوت ختم ہوجاتی ہے ۔ جسم کے اندر کے مختلف اعضاء رفتہ رفتہ کام چھوڑ دیتے ہیں ۔ دماغی فعل میں بھی بگاڑ پیدا ہوتا ہے ۔ جگر اور لبلبہ کے خلیات کام چھوڑ دیتے ہیں ۔

علاج

وہ عادی شرابی جن کو الکحل نے مسموم کردیا ہو اور وہ اس علت سے

نجات چاہیں تو انہیں آرام دہ حالت میں لٹا کر ان پر تنویمی نیند طاری کریں اور پھر ان پر 44 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر دم کردیں اور یہ ترغیب (Suggestion) دیں کہ وہ آئندہ شراب نہیں پیئے گا ۔ 44 مرتبہ یہ جملہ دوہرائیں انشاء اللہ شراب کی عادت چھوٹ جائے گی ۔

شریانی پھیلاؤ ANEURISM :

عام طور پر خون کی شریانوں میں پھیلاؤ ہونے سے یہ تکلیف ہوتی ہے ۔ بڑی عمر کے لوگ زیادہ تر اس بیماری کا شکار ہوتے ہیں ۔

علاج:

مریض کو آرام دہ حالت میں لٹا کر اس پر ایک سفید چادر ڈال دیں اور پھر آہستہ آہستہ اس پر غنودگی طاری کریں ۔ جب مریض گہری غنودگی میں چلا جائے تو ہلکی آواز سے " اللہ ھو " 37 مرتبہ پڑھ کر اس کے مقام قلب پر دم کردیں اور 37 مرتبہ یہ ترغیب دوہرائیں کہ " تمہاری شریانوں کا پھیلاؤ ختم ہوگیا ہے ۔" 10 دن مسلسل یہ عمل کریں ۔

شقاقولس GANGRENE :

یہ دراصل فساد نسیج ہے ۔ اس بیماری میں جسم کے کسی حصے کی موت واقع ہوجاتی ہے ۔ اور اسکی وجہ جسم کے اس حصے میں دوران خون کا رک جانا ہوتا ہے ۔ عام طور پر چھوٹی آنت اور مثانہ کے ساتھ یہ کیفیت ہوجاتی ہے ۔

علاج:

مریض کے کمرے میں نیلے رنگ کی روشنی کریں ۔ مریض پر تنویمی نیند

طاری کریں ۔ پھر یہ ترغیب دیں کہ " تمہارے جسم میں دوران خون کی رفتار اعلیٰ ہے ۔" یہ جملہ کم از کم 44 مرتبہ روزانہ دوہرائیں ۔ 8 دن لازمی علاج سے فرق ہوگا ۔ اور 44 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اس پر دم کردیں ۔

شقیقہ : MEGRIM

اسے آدھا سیسی بھی کہتے ہیں ۔ بار بار ہونے والا درد سر جس میں سخت تکلیف ہوتی ہے اور یہ آدھے سر تک محدود ہوتا ہے ۔ عموماً اسکے ساتھ متلی بھی ہوتی ہے ۔

علاج:

مریض کو آرام دہ حالت میں لٹایا یا بٹھاکر سر پر نارنجی رنگ کا رومال ڈالیں پھر اس پر تنویمی نیند طاری کریں اور یہ جملہ 38 مرتبہ دوہرائیں کہ " آئندہ تمہیں درد شقیقہ نہیں ہوگا ۔" پھر 38 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اس کے سر پر دم کردیں ۔ 11 دن مسلسل علاج کریں ۔

صلابت جگر:

: CIRRHOSIS OF LIVER

اس بیماری میں انسان کا جگر چھوٹا اور بے ڈول ہوجاتا ہے ۔ یہ بیماری عام طور پر زیادہ شراب پینے والوں کو ہوتی ہے ۔ جگر میں دوڑنے والا خون رک جاتا ہے ۔ عام طور پر ان مریضوں کے گردے بھی ناکارہ ہوجاتے ہیں ۔ اس کی علامات یہ ہوتی ہیں کہ مریض متلی کی شکایت کرتا ہے ۔ سینے میں جلن محسوس کرتا ہے ۔ اس کا وزن کم ہوجاتا ہے ۔ اس کے پاخانے کا رنگ ہلکا ہوجاتا ہے ۔ کمزوری اور پیٹ میں درد کی شکایت کرتا ہے ۔ مریض کی خوراک سے چکنائی اور

فولک ایسڈ ختم کردینا چاہیئے ۔

علاج:

مریض پر تنویمی نیند طاری کرکے اسے ترغیب دیں کہ " تم آئندہ نشہ نہیں کروگے " یہ جملہ کم از کم 98 مرتبہ دوہرائیں اور روزانہ 98 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اس کے مقام جگر پر دم کریں ۔ کم از کم 17 دن کا علاج لازمی ہوگا مریض کے کمرے میں ہلکے آسمانی رنگ کا زیرو پاور کا بلب روشن کریں ۔

ضعف اعصاب : NEURASTHENIA

طویل عرصے تک جسمانی تناؤ یا زیادہ کام کی وجہ سے پیدا ہونے والی کیفیت جس سے شدید ذہنی ، جسمانی تکان ہوجاتی ہے ۔ اور بعض اوقات مبہم جسمانی عوارض یا خوف کی شکل میں ظاہر ہوتی ہے ۔ دراصل اعصابی نظام میں خلل پڑجاتا ہے ۔ بعض اوقات مریض شیزوفرینیا کا شکار ہوجاتا ہے اور روزمرہ کے کاموں کے قابل نہیں رہ پاتا ہے ۔

علاج:

مسمریزم کے ذریعے علاج کے لئے ضروری ہے کہ مریض کو آرام دہ حالت میں لٹایا جائے ۔ اس کے کمرے میں سبز روشنی کی جائے ۔ اس پر تنویمی نیند طاری کی جائے ۔ پھر 54 مرتبہ یہ جملہ دوہرائیں کہ " تمہارے اعصاب کا خلل دور ہوگیا ہے ۔" 54 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اس پر دم کریں اور پانی پر دم کرکے پلائیں ۔ 9 دن لازمی تواتر سے یہ عمل کریں ۔

ضعف دل : BRADYCARDIA

دوران خون میں بے ترتیبی کی وجہ سے دل کی رفتار سست ہوجاتی ہے اور یہ رفتار فی منٹ 60 تک ہوتی ہے ۔ مریض غنودگی میں ہوتا ہے ۔ سینے میں درد کی شکایت کرتا ہے ۔ دوائیوں سے زیادہ ترغیب سے یہ مرض جلد ٹھیک ہوجاتا ہے ۔

علاج:

ایسے مریض پر ہلکی تنویمی نیند طاری کردیں پھر یہ جملہ دوہرائیں کہ " تمہارے دل کا نظام صحیح ہے " 50 مرتبہ یہ جملہ دوہرائیں ۔ پھر 50 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر مریض پر دم کردیں انشاء اللہ 5 سے 10 دن میں یہ تکلیف ہمیشہ کے لئے ختم ہوجائیگی ۔

ضیا ترسی : PHOTOBHIBIA

اسے تاب ترسی اور بعض العین کا نام بھی دیا جاتا ہے ۔ اس بیماری میں مریض کی آنکھیں روشنی کو برداشت نہیں کرتیں ۔ یہ بیماری عام طور پر ان لوگوں کو ہوتی ہے جنہیں خسرہ نکلتی ہے یا درد شقیقیہ کی شکایت ہوتی ہے ۔ یا آنکھوں میں سوزش ہوجاتی ہے ۔

اس بیماری کا علاج مسمریزم کی ترغیبات کے ذریعے آسانی سے ہوسکتا ہے

علاج:

مریض کو آرام دہ حالت میں بٹھادیں اس کے کمرے میں بنفشی رنگ کی روشنی کریں ۔ پھر ترغیب دے کر اس پر تنویمی نیند طاری کریں ۔ جب مریض پر تنویمی نیند طاری ہوجائے تو یہ جملہ 57 مرتبہ دوہرائیں کہ " تمہاری نظر بالکل

درست ہے اور تم روشنی کو برداشت کرسکتے ہو ۔ " پھر 57 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اسکی آنکھوں پر دم کردیں ۔ یہ علاج 12 دن مسلسل کریں ۔

طرز خرام کا بگڑ جانا : GAIT DISORDER

اکثر کسی نفسیاتی شرم کی وجہ سے عصبی مزاج کے لوگوں کی چال میں ڈگمگاہٹ آجاتی ہے اور وہ عام انداز سے چلنے کے بجائے دلکش انداز میں چلنے لگتے ہیں ۔ عام طور پر کسی عضلاتی تبدیلی کی وجہ سے بھی یہ بیماری ہوجاتی ہے ۔ بعض نشہ آور ادویات کے استعمال سے بھی یہ شکایت کچھ لوگوں کو ہوجاتی ہے ۔ مسمریزم میں اسکا علاج آسان ہے ۔

علاج:

مریض کو کسی تخت یا فرش پر لٹا دیں اسکے کمرے میں نیلا بلب روشن کریں ۔ اس پر تنویمی نیند طاری کریں ۔ اسکے سر پر نیلا رومال رکھیں اور ہاتھ سر کے 2 انچ اوپر پھیرتے ہوئے 66 مرتبہ یہ جملہ دوہرائیں کہ " تمہاری چال دلکش ہے " پھر 66 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر مریض کے ماتھے پر دم کردیں ۔ 12 دن کا مسلسل علاج ہے ۔

عسر کتابت : WRITER,s CRAMP

اسے منشی روگ کہتے ہیں ۔ رعشہ جو بہت زیادہ لکھنے سے ہاتھوں میں پیدا ہوجاتا ہے ۔ یہ ایک قسم کے عصبی تشنج کی وجہ سے ہوتا ہے جو لوگ بہت زیادہ لکھتے ہیں ان کے ہاتھ اور انگلیاں متاثر ہوتی ہیں ۔ اسکا علاج مسمریزم کے ذریعے آسانی سے ممکن ہے ۔

علاج:

مریض کو آرام دہ حالت میں بٹھا کر یا لٹا کر اس پر کپڑا ڈال دیں۔ اسکے کمرے میں نیلی روشنی کریں۔ پھر یہ ترغیباتی جملہ 63 مرتبہ دوہرائیں کہ "تمہارے ہاتھوں کا رعشہ ختم ہو چکا ہے۔" پھر 63 مرتبہ "اللہ ھو" پڑھ کر اسکی کلائیوں پر دم کر دیں۔ یہ عمل 9 دن مسلسل کریں۔

غصہ کے بد اثرات: ANGER ILL EFFECTS

غصہ دراصل جذباتی ردعمل کا نتیجہ ہوتا ہے۔ اس کی وجوہات اگرچہ بہت سی ہوتی ہیں لیکن بعض اوقات یہ خطرناک صورت بھی اختیار کر لیتی ہے۔ اس قسم کے مریضوں کا علاج نہایت شفقت سے کریں۔

علاج:

مریض کو کہیں کہ وہ آنکھیں بند کر کے یہ تصور قائم کرے کہ اس کے اردگرد گلابی روشنی کا حلقہ ہے۔ اور آپ اسے ترغیب دے کر سلا دیں۔ پھر 68 مرتبہ "اللہ ھو" پڑھ کر اس کے قلب اور دماغ پر دم کر دیں۔ پھر اسے ترغیب دیں کہ وہ جذباتی اور ذہنی آسودگی محسوس کر رہا ہے۔ یہ جملہ بھی 68 مرتبہ دوہرائیں۔ کم از کم 14 دن یہ عمل ضرور کریں تاکہ مریض نارمل زندگی گزار سکے۔

غلاف قلب کی سوزش : PERICARDITIS

یہ بیماری انفیکشن اور ریوربھیا وغیرہ کی وجہ سے ہوتی ہے۔ پہلے مرحلے میں مریض کو بخار ہوتا ہے اور سینے، کندھے، گردن میں درد کی شکایت کرتا ہے

اسے بدہضمی کی شکایت رہتی ہے۔ خشک کھانسی ہوتی ہے۔ نبض کی رفتار تیز ہوتی ہے۔ دل کی دھڑکن بڑھی ہوئی ہوتی ہے مریض پر گھبراہٹ اور تھکن کے آثار ہوتے ہیں۔ دوسرے مرحلے میں مریض کے دل کی رفتار سست پڑنے لگتی ہے۔ چند قدم چلنا بھی دشوار ہوتا ہے۔ تیز بخار ہوتا ہے پسینہ نکلتا ہے۔ سردی لگتی ہے وغیرہ

اس بیماری کا علاج پہلے مرحلے میں مسمریزم کے ذریعے عمدگی سے ہو سکتا ہے۔

علاج:

مریض کو آرام دہ بستر پر لٹا دیں۔ اس پر سفید چادر ڈال دیں۔ پھر اس پر تنویمی نیند طاری کریں جب مریض پر نیند طاری ہو جائے تو یہ جملہ دوہرائیں کہ "تمہارے دل کے غلاف کے اردگرد مرکری روشنی ہے۔ اور تمہارا دل نارمل ہے" یہ جملہ 68 مرتبہ دوہرائیں۔ پھر 68 مرتبہ "اللہ ھو" پڑھ کر مریض کے مقام دل پر دم کر دیں۔ کم از کم 14 دن مسلسل کریں۔

غنودگی : DROWSINESS

نفسیاتی طور پر بعض لوگوں پر ہر وقت سستی اور کاہلی غالب رہتی ہے جس کی وجہ سے وہ اونگھتے رہتے ہیں۔ اس بیماری کا علاج مسمریزم کے ذریعے ممکن ہے۔

علاج:

مریض کے کمرے میں بنفشی رنگ کی روشنی کریں۔ اسے مسلسل

ترغیب سے نیند سلادیں ۔ پھر آہستہ آہستہ یہ ترغیب دیں کہ " تمہارے وجود میں بجلی بھری ہوئی ۔" اس جملے کو 46 مرتبہ دوہرائیں اور 46 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اس پر کم از کم 10 دن دم کریں ۔

غیر ترسی : XENOPHOBIA

یہ ایک نفسیاتی بیماری ہے ۔ مریض یا مریضہ کو ناآشنا اشخاص سے غیر معمولی یا مریضانہ حد تک خوف معلوم ہوتا ہے ۔ اس بیماری کا علاج مسمریزم کے ذریعے ممکن ہے ۔

علاج:

مریض / مریضہ کے کمرے میں نیلے رنگ کی روشنی کریں ۔ مریض کو آرام دہ بستر پر لٹا کر اس پر نیلے رنگ کی چادر ڈالیں ۔ پھر بذریعہ ترغیب اس پر تنویمی نیند طاری کریں ۔ جب اسکی نیند گہری ہوجائے تو یہ ترغیباتی جملہ 57 مرتبہ دوہرائیں کہ " تمہیں خوف ناآشنائی نہیں ہے ۔" پھر 57 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اسکے مقام پیشانی پر دم کردیں ۔ کم از کم 12 دن کا علاج ہے ۔

فالج : PARALYSIS

ایک ایسی معذوری جس میں ارادی حرکت یا حساسیت یا بیک وقت دونوں ختم ہوجاتی ہیں ۔ بہت سے مسائل کی وجہ سے یہ بیماری ہوتی ہے ۔ اس بیماری کا علاج مسمریزم کے ذریعے ممکن ہے ۔

علاج:

مریض پر نیلے رنگ کا کپڑا ڈال کر اسے ترغیب دیں کہ " اسے نیند آرہی ہے جب مریض ٹرانس میں چلا جائے تو " اللہ ھو" 39 مرتبہ پڑھ کر اس پر دم کردیں اور پھر یہ جملہ 39 مرتبہ دوہرائیں کہ " تم اپنی قوت ارادی سے اپنے جسم

کو حرکت دے سکتے ہو ۔" یہ عمل کم از کم 12 دن لازمی کریں ۔

فالج نصفی : HEMIPLEGIA

جسم کے کسی بھی نصف حصے کا فالج ۔ عام طور پر چہرے کے نصف حصے میں فالج ہوجاتا ہے یا بچوں کے جسم کے کسی نصف حصے میں فالج ہوجاتا ہے ۔

علاج:

مریض کو آرام دہ حالت میں لٹا کر یہ ترغیب دوہرائیں کہ " تمہارے جسم کا متاثرہ نصف حصہ کام کرنے لگا ہے ۔" یہ جملہ 58 مرتبہ دوہرائیں اور 58 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر متاثرہ حصے پر دم کریں ۔ کم از کم 13 دن کا لازمی علاج ہوگا ۔

فتور دماغ : DEMENTIA

یہ ایک دماغی بیماری ہے ۔ مریض کے جذباتی تاثرات اور اس کے قوائے عقلی میں موزونیت کا تنزل ہوجاتا ہے ۔ اس کی یادداشت خراب ہوجاتی ہے ۔ اس کے اندازے غلط ہوتے ہیں ۔ اور وہ اضطراب کا شکار رہتا ہے ۔ عام طور پر نشہ آور ادویات کے استعمال ، شراب نوشی کی کثرت یا دماغی پھوڑے (Brain Tumar) کی وجہ سے یہ بیماری ہوتی ہے ۔

علاج:

اس بیماری کا علاج مسمریزم کے ذریعے ممکن ہے ۔ مریض کے کمرے میں بنفشی بلب روشن کریں ۔ اس پر تنویمی نیند طاری کریں اور اسے ترغیب دیں کہ " تمہاری فکر ترقی پذیر ہے ۔" اس جملے کو 35 مرتبہ دوہرائیں پھر 35 مرتبہ

"اللہ ھو" پڑھ کر اس پر دم کریں ۔ علاج کی مدت 8 یوم ہے ۔

فتور نطق : APHASIA

ایک غیر معمولی عصبی حالت کی وجہ سے زبان کے فعل میں بگاڑ پیدا ہوجاتا ہے ۔ جس کی وجہ سے مریض کو گفتگو کرنے میں دشواری ہوتی ہے ۔ بعض اوقات کسی زخم کی وجہ سے بھی یہ بیماری ہوتی ہے ۔ اس بیماری کی وجہ سے مریض کی بات آسانی سے سمجھ میں نہیں آتی ہے ۔ دماغی سوزش کی وجہ سے بھی بعض لوگوں کو یہ بیماری ہوجاتی ہے ۔ اس بیماری کا علاج بھی ماہر مسمریزم آرام سے کرسکتا ہے ۔

علاج:

مریض پر تنویمی نیند طاری کریں ۔ پھر 28 مرتبہ "اللہ ھو" پڑھ کر اس پر دم کریں اور یہ ترغیب دیں کہ " وہ روانی سے بات کرسکتا ہے" یہ ترغیبی جملہ بھی 28 مرتبہ دوہرائیں ۔

فربہی : OBESITY

جسم انسانی کے نساج میں لحمی خلیات کی تعداد میں اضافہ ہوجاتا ہے ۔ تو جسم موٹا ہوجاتا ہے ۔ اس بیماری کا علاج مسمریزم کے ذریعے کیا جاسکتا ہے ۔

علاج:

مریض یا مریضہ کو آرام دہ حالت میں لٹا کر اسے 32 مرتبہ گہرے سانس لینے اور چھوڑنے کا کہیں ۔ پھر اس پر بنفشی رنگ کی چادر ڈال دیں اور اسکے کمرے میں بنفشی رنگ کا بلب جلائیں پھر اس پر تنویمی نیند طاری کرنے کے بعد یہ جملہ 32 مرتبہ دوہرائیں کہ " تمہارے جسم کی فاضل چربی پگھل رہی ہے ۔"

اسکے بعد 32 مرتبہ "اللہ ھو" پڑھ کر اسکے مقام ناف پر دم کردیں ۔ 5 دن میں ہی کئی پونڈ وزن کم ہوجائے گا ۔

فضاترسی : AGORAPHOBIA

یہ ایک نفسیاتی بیماری ہے جس میں مریض کھلی فضا میں اور کشادہ جگہوں پر خوف محسوس کرتا ہے ۔

علاج

مریض کو آرام دہ نشست پر بٹھادیں اور پھر 47 مرتبہ "اللہ ھو" پڑھ کر اس پر دم کردیں اور پھر اس پر تنویمی نیند طاری کرکے اسے بار بار یہ ترغیب دیں کہ اس کے شعور و لاشعور میں کوئی خوف نہیں ہے ۔ وہ کشادہ جگہوں پر بے خوف آجاسکتا ہے ۔ 57 مرتبہ اس ترغیب کو دوہرائیں ۔ اس عمل کو کم از کم تین دن ضرور کریں ۔ انشاء اللہ مریض شفایاب ہوجائے گا ۔

فقدان آواز : APHONIA

عام طور پر جو لوگ چیخ چیخ کر بات کرتے ہیں ان کی صوتی نالی پر منفی اثر ہوتا ہے جس کی وجہ سے ان کی آواز بند ہوجاتی ہے اور وہ معمول کی گفتگو بھی کرنے کے قابل نہیں رہتے ۔ بعض ہسٹریا کے مریضوں کی بھی یہ کیفیت ہوجاتی ہے ۔

علاج:

مریض کو آرام سے بٹھا کر اس پر تنویمی نیند طاری کریں اور یہ ترغیب دیں کہ " اس کی آواز بند نہیں ہے " یہ جملہ 37 مرتبہ دوہرائیں ۔ 37 مرتبہ "اللہ ھو" پڑھ کر اس پر دم کردیں ۔ کم از کم 10 دن علاج ضرور کریں ۔

فک بستگی TRISMUS :

یہ ایک کزاز کی بیماری ہے ۔ لعابی عدود کی سوزش سے ہوتی ہے ۔ اس میں عضلات کی اکڑاہٹ سے نچلا جبڑا بیٹھ جاتا ہے ۔ مسمریزم کی ترغیبات سے اس بیماری کا علاج جلد ہوجاتا ہے اور ہمیشہ کے لئے ہوجاتا ہے ۔

علاج:

مریض کے کمرے میں ہمیشہ نیلے رنگ کا بلب جلائیں ۔ اسے آرام دہ حالت میں لٹا کر اس پر گلابی چادر ڈال دیں اور بذریعہ ترغیب تنویمی نیند طاری کردیں ۔ پھر اسکے نچلے جبڑے سے 2 انچ اوپر اپنا ہاتھ بائیں سے دائیں پھیریں اور یہ جملہ 36 مرتبہ دوہرائیں کہ " تمہارے جبڑے کا تشنج ہمیشہ کے لئے ختم ہوچکا ہے ۔" پھر 36 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اسکی پیشانی پر دم کردیں ۔ زیادہ سے زیادہ 9 دن کا علاج ہے ۔

کابوس INCUBUS :

عام طور پر یہ بیماری خواتین کو ہوتی ہے ۔ عورت خواب میں ڈرتی ہے اور اسے ایسا محسوس ہوتا ہے کہ کوئی اس سے مباشرت کررہا ہے ۔ مردوں کو خواب میں خیالی بھوت نظر آتا ہے ۔ اس بیماری کا علاج مسمریزم کے ذریعے ممکن ہے ۔

علاج:

مریض کو آرام دہ حالت میں لٹا دیں اور اس پر تنویمی نیند طاری کریں ۔ پھر 26 مرتبہ یہ جملہ ٹھہر ٹھہر کر دوہرائیں کہ " کوئی چیز تمہارے ذہن اور احساسات پر گراں نہ گزرے گی ۔" پھر 26 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اس پر دم

کردیں ۔" 8 دن مسلسل علاج ضروری ہے ۔

کان بجنا TINNITUS :

اسے طنین یا سنسناہٹ بھی کہا جاتا ہے ۔ اس بیماری میں جھنکار سی آواز خودبخود کانوں میں سنائی دیتی ہے ۔ اس بیماری کا علاج بھی مسمریزم کے ذریعے عمدہ طریقے سے ممکن ہے ۔

علاج:

مریض کو آرام دہ بستر پر لٹائیں ۔ اسکے کمرے میں نیلے رنگ کا بلب روشن کریں ۔ اس پر نیلے رنگ کی چادر ڈالیں پھر اس پر تنویمی نیند طاری کریں اور یہ ترغیباتی جملہ 36 مرتبہ دوہرائیں کہ " تمہارے کان اب کبھی نہیں بجیں گے ۔" پھر 36 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اس پر دم کردیں ۔ یہ عمل 9 دن لازمی دوہرائیں ۔

کلائی کا درد WRIST RHEUMATISM :

وجع المفاصل کی وجہ سے کلائی میں درد کی شکایت ہوتی ہے ۔ مسمریزم کے ذریعے اسکا علاج ممکن ہے ۔

علاج:

مریض پر تنویمی نیند طاری کریں ۔ اس پر سفید چادر ڈالیں پھر یہ ترغیباتی جملہ 72 مرتبہ دوہرائیں کہ " تمہاری کلائی میں درد بالکل نہیں ہے ۔" پھر 72 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر کلائیوں پر دم کردیں ۔ کم از کم 9 دن علاج کریں

کم نظری AMBLYOPIA :

اس بیماری میں مریض کی کسی ایک آنکھ کی روشنی کم ہوجاتی ہے ۔ یہ

کی بعض اوقات نفسیاتی وجہ سے ہوتی ہے تو بعض اوقات شراب نوشی اور تمباکو نوشی سے بھی کم بصری کی شکایت ہوجاتی ہے ۔ اس بیماری کا علاج مسمریزم کے ذریعے آسانی سے ہوجاتا ہے ۔

علاج:

مریض کو آرام دہ نشست میں بٹھا کر اس پر تنویمی نیند طاری کریں اور اسے ترغیب دیں کہ تمہاری بصارت بالکل ٹھیک ہے ۔ 40 مرتبہ یہ جملہ دوہرائیں ۔ پھر 40 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اس کی آنکھوں پر دم کردیں ۔ اگر مسلسل 40 دن یہ عمل کیا جائے تو پھر نظر کی کمزوری کی شکایت کبھی نہ ہوگی

گلٹی : WENS

اگر کسی کے جسم پر ایک غیر ضروری اور غیر ضرر رسا رسولی یا گومڑی جو بالخصوص ورم کے بغیر ہو یہ غدود کے چربیلے مادے کی رکاوٹ سے پیدا ہوجاتی ہے ان گلٹیوں کی جسامت چند ملی میٹر سے 10 سینٹی میٹر تک کی ہوتی ہے اور یہ آہستہ آہستہ چندیا ، چہرے یا پشت پر ہوتی ہیں ۔ ان میں غدود نہیں ہوتا قدرے نرم ہوتی ہیں ۔ عام طور پر ان کی رنگت پیلی ہوتی ہے اس بیماری کا علاج مسمریزم کے ذریعے ممکن ہے ۔

علاج:

مریض کو آرام دہ حالت میں لٹا کر مریض کو تنویمی نیند سلائیں ۔ مریض کے کمرے میں سرخ روشنی کریں ۔ سرخ چادر ڈالیں ۔ پھر 16 مرتبہ یہ جملہ دوہرائیں کہ " تمہاری گلٹیاں غائب ہورہی ہیں ۔" پھر 16 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اس پر دم کردیں ۔ یہ عمل 16 دن لازمی کریں ۔

گلوگرفتگی : HOARSENESS

اس بیماری میں مریض کی آواز بھاری ہوجاتی ہے یا گلے کی آواز بیٹھ جاتی ہے ۔

علاج:

مریض کو آرام دہ حالت میں بٹھائیں اس پر تنویمی نیند طاری کریں پھر یہ جملہ دوہرائیں کہ " تمہاری آواز نارمل ہوگئی ہے ۔" یہ جملہ کم از کم 42 مرتبہ دوہرائیں پھر 42 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اسکے گلے کے مقام پر دم کریں ۔ چھ دن کا لازمی علاج ہے ۔

لڑکھڑاتی چال: LOCOMOTOR ATAXIA

یہ ریڑھ کی ہڈی کی ایک بیماری ہے جو آتشک سے پیدا ہوتی ہے اس میں شدید درد ہوتا ہے ۔ اور ارتباط اور چلنے میں دشواری پیدا ہوتی ہے اور انجام کار فالج ہوجاتا ہے ۔

علاج:

مریض کو آرام دہ حالت میں لٹا کر اس پر نیلی چادر ڈال دیں ۔ مریض کے کمرے میں نیلی روشنی کریں ۔ پھر اس پر تنویمی نیند طاری کریں اور 66 مرتبہ یہ جملہ دوہرائیں کہ " تمہاری لڑکھڑاتی چال ٹھیک ہوگئی ہے " پھر 66 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اس کی ریڑھ کی ہڈی پر دم کردیں ۔ کم از کم 12 دن مسلسل علاج کریں ۔

لقوہ : BELL'S PALSY

یہ دراصل چہرے کے عصب کا فالج ہوتا ہے جو کسی زخم، جراحت، تشدد یا صدمے سے ہوتا ہے۔ مریض اپنی ایک آنکھ نہیں کھول سکتا اور نہ ہی منہ کو بند کرسکتا ہے۔ عام طور پر پلاسٹک سرجری سے اس حالت میں تخفیف کی جاتی ہے۔ لیکن مسمریزم میں اس کا علاج نہایت آسان ہے۔

علاج:

مریض کو آرام دہ حالت میں بٹھا کر اس پر تنویمی نیند طاری کریں۔ پھر 33 مرتبہ "اللہ ھو" پڑھ کر اس کے مقام پیشانی پر دم کردیں انشاء اللہ 6 دن کے علاج سے مریض ٹھیک ہوجائے گا۔

لوزالمعدہ : PANCREAS AFFECTION

یہ دراصل انسانی لبلبہ ہے جسکی شباہت مچھلی کی طرح ہوتی ہے یہ ایک بھورا گلابی غدود ہے۔ ایک اہم ہاضم سیال لبلباتی عرق کو اثناعشری آنت میں اخراج کرتا ہے اور انسولین پیدا کرتا ہے۔ جن لوگوں کا لبلبہ متاثر ہوجاتا ہے وہ ذیابطیس کے مریض ہوجاتے ہیں۔ ایک عام جوان آدمی میں لبلبہ تقریباً 13 سینٹی میٹر لمبا ہوتا ہے۔ اس بیماری میں مبتلا افراد کا علاج مسمریزم کے ذریعے ممکن ہے مگر اس میں وقت کچھ زیادہ لگتا ہے۔

علاج:

مریض کو آرام دہ بستر پر لٹا کر سفید چادر اوڑھا دیں۔ پھر اس پر ترغیب کے ذریعے تنویمی نیند طاری کریں۔ جب مریض حالت تنویم میں چلا جائے تو یہ

جملہ " تمہارا لبلبہ بالکل درست کام کر رہا ہے۔" 76 مرتبہ دوہرائیں۔ پھر 76 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اس پر دم کردیں کم و بیش 13 ہفتے کے مسلسل علاج سے لبلبہ کی کارکردگی بالکل نارمل ہوجاتی ہے۔

ماضی پرستی : NOSTALGIA

یہ ایک نفسیاتی بیماری ہے جس میں مریض کو ماضی یاد آتا رہتا ہے۔ وطن سے باہر رہنے والوں کو بھی یہ بیماری لاحق ہوجاتی ہے۔ اور وطن واپس جانے کی خواہش بیماری کی شکل اختیار کرلیتی ہے۔

علاج:

مریض کو لٹا کر اس پر نیلے رنگ کی چادر ڈالیں۔ پھر اسکے سر پر اپنے ہاتھوں سے پاس (Pass) کریں اور ترغیب دیں کہ اسے نیند آرہی ہے۔ جب اس پر تنویمی نیند طاری ہوجائے تو یہ جملہ دوہرائیں کہ " تمہارے ذہن میں خوشیوں کی لہر دوڑ رہی ہے۔" 35 مرتبہ یہ جملہ دوہرائیں۔ پھر 35 مرتبہ " اللہ ھو" پڑھ کر اس کی پیشانی پر دم کردیں۔ یہ عمل 8 دن مسلسل کریں۔

مالیخولیا : MELANCHOLIA

اسے سوداویت بھی کہتے ہیں۔ یہ ایک دماغی بیماری ہے جس میں بغیر کسی ظاہری وجہ کے بہت زیادہ دل شکستگی، اضمحلال، توہم اور اداسی کی کیفیات شامل ہوتی ہیں۔ اور مریض یا مریضہ خارجی محرکات سے اثر پذیر نہیں ہوتا / ہوتی اور اکثر خیالی یا حقیقی جسمانی بیماری میں مبتلا ہوتا / ہوتی ہے۔

علاج:

مریض کے کمرے میں نیلی روشنی ضروری ہے۔ آرام دہ بستر پر لٹائیں۔

نیلی چادر اوڑھائیں پھر اس پر تنویمی نیند بذریعہ ترغیب طاری کریں ۔ اسکے بعد 48 مرتبہ یہ جملہ دوہرائیں کہ " تمہارے دل میں وحشت نہیں ہے ۔" پھر 48 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اس پر دم کردیں ۔ 12 دن مسلسل علاج کریں ۔

مراق HYPOCHONDRIASIS :

جن لوگوں کو اپنی صحت کے متعلق شدید اضطراب اور خوف لاحق ہوتا ہے ۔ وہ مراق کا شکار ہوجاتے ہیں ۔ ان کا علاج ادویات کے ذریعے ممکن نہیں ہوتا ۔ بعض اوقات مریض جسم کے کسی حصے مثلاً آلہ تناسل ، آنکھ ، دل ، پھیپھڑے یا کسی اور عضو کے بیمار ہونے کے خوف میں مبتلا ہوجاتا ہے ۔ جسکی وجہ سے اسکی ذہنی روش میں بھی بگاڑ پیدا ہوجاتا ہے ۔

علاج:

اس مریض کا علاج مسمریزم کے ذریعے بخوبی ہوتا ہے ۔ مریض کو آرام دہ حالت میں لٹائیں ۔ اسے نیلے رنگ کی چادر اوڑھائیں ۔ اسکے کمرے میں نیلی روشنی کریں ۔ اور پھر اس پر غنودگی طاری کرنے کے بعد یہ جملہ 84 مرتبہ دوہرائیں کہ " تمہارے جسم کا ہر عضو درست کام کررہا ہے ۔" پھر 84 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اسکی پیشانی پر دم کردیں ۔ 12 دن کا علاج ہے ۔

مرض استسقاء BERI BERI :

جب جسم میں حیاتین "ب" (Thiamine) کو جذب کرنے کی صلاحیت ختم ہوجاتی ہے تو یہ بیماری ہوتی ہے ۔ عام طور پر مشرقی اور جنوب ایشیائی ممالک میں یہ بیماری زیادہ ہوتی ہے ۔ اس کی علامت یہ ہوتی ہے کہ مریض شروع میں تھکن محسوس کرتا ہے ۔ اسے اسہال کی شکایت ہوجاتی ہے ۔ بھوک ختم ہوجاتی ہے ۔ وزن کم ہونے لگتا ہے ۔ عصبی نظام میں خلل پڑجاتا ہے جس

سے فالج بھی ہوجاتا ہے ۔ جلد پھول جاتی ہے ۔ حرکت قلب بند ہوجاتی ہے ۔

علاج:

مسمریزم کے ذریعے علاج کے لئے ضروری ہے کہ مریض کے کمرے میں نیلے رنگ کا بلب روشن رکھیں ۔ اس پر ہلکے نیلے رنگ کا کپڑا ڈال دیں ۔ پھر ترغیب دے کر اس پر تنویمی نیند طاری کریں ۔ پھر مریض کو یہ ترغیب دیں کہ " تم جسمانی طور پر بالکل صحت مند ہو " 50 مرتبہ یہ جملہ دوہرانے کے بعد 50 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اس کے مقام قلب پر دم کردیں ۔ انشاء اللہ 5 سے 10 دن میں وہ صحت مند ہوجائے گا ۔

مرض النوم SLEEPING SICKNESS :

یہ ایک ایسی بیماری ہے جو مہلک ہوتی ہے اور افریقہ کے بعض حصوں میں عام ہے ۔ اس میں بخار رہتا ہے ۔ وزن کم ہونے لگتا ہے آلکسی بڑھنے لگتی ہے اس بیماری کا علاج مسمریزم کے ذریعے بآسانی ہوجاتا ہے ۔

علاج:

مریض کو آرام دہ حالت میں لٹا دیں ۔ اسکے کمرے میں ہلکے نیلے رنگ کا بلب روشن کریں ۔ اس پر نیلے رنگ کی چادر ڈالیں ۔ پھر اس پر تنویمی نیند طاری کریں ۔ جب نیند گہری ہوجائے تو یہ ترغیبی جملہ 69 مرتبہ دوہرائیں کہ " تمہارا مرض النوم ختم ہورہا ہے ۔" پھر 69 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اس پر دم کردیں ۔ 15 کے علاج سے مریض مکمل شفایاب ہوجاتا ہے ۔

مرض سل TUBERCULOSIS :

اسے ہم تپ دق بھی کہتے ہیں ۔ ماضی میں یہ ایک خطرناک بیماری تھی لیکن حالیہ سائنسی تحقیقات سے اس پر کسی حد تک قابو پالیا گیا ہے ۔ تاہم اس

بیماری کا شافی علاج اب تک دریافت نہیں ہوسکا ہے ۔ یہ ایک متعدی مرض ہے جس جسم کے کسی بھی حصے کو متاثر کر سکتی ہے ۔ اس سے دانے نکل آتے ہیں اور جسم پر گلٹیاں سی بن جاتی ہیں ۔ یہ بیماری ایک انسان سے دوسرے انسان کو ، گائے سے اور ناپاک دودھ کے پینے سے لاحق ہو جاتی ہے ۔ عام طور پر 4 12 ہفتے میں علاج ممکن ہوتا ہے ۔ لیکن مسمریزم کے ذریعے اس بیماری کا یقینی خاتمہ ممکن ہے ۔

علاج:

مریض کو آرام دہ حالت پر لٹائیں ۔ اسکے کمرے میں نیلی روشنی کریں ۔ نیلے رنگ کی چادر اس پر ڈال کر تنویمی نیند طاری کریں اور یہ جملہ 47 مرتبہ دوہرائیں کہ " تمہارے جسم سے مرض سل دور ہو رہا ہے ۔" پھر 47 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اس پر دم کر دیں ۔ جو ادویات مریض استعمال کر رہا ہو اسے بھی جاری رکھنا چاہیئے ۔

مرگی : EPILEPSY

یہ ایک مزمن اعصابی بیماری ہے ۔ جس میں مریض پر لرزہ اور غشی طاری ہو جاتی ہے ۔ اور ایسے مریض کا رویہ ابنارمل ہو جاتا ہے ۔ جب مریض پر یہ دورہ پڑتا ہے تو عصبی خلیات اور قشر دماغ (Cerebral Cortex) سے برقی رو خارج ہونے لگتی ہے ۔ جسے کنٹرول کرنا مشکل ہوتا ہے بعض اوقات مریض پر دن میں کئی مرتبہ دورہ پڑتا ہے ۔ اس بیماری کا علاج مسمریزم کے ذریعے اچھا ہوتا ہے ۔

علاج:

مریض پر تنویمی نیند طاری کر کے اسکے دماغ پر پاس کے ذریعے یہ ترغیب دوہراتے رہیں کہ " آئندہ وہ کبھی جذباتی ہیجان میں مبتلا نہ ہوگا / ہوگی ۔" یہ جملہ 43 مرتبہ دوہرائیں ۔ پھر 43 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اسکے سر پر دم کر دیں ۔ سات دن لازمی علاج کریں ۔

مروڑ : TENESMUS

نفسیاتی طور پر مریض اپنی آنتوں میں ہیجانی سوزش محسوس کرتا ہے جسکی وجہ سے اسے مروڑ کی شکایت ہوتی ہے ۔ وہ زور دے کر مثانوں یا آنتوں کو خالی کرنا چاہتا ہے اور ناکام رہتا ہے ۔ اس نفسیاتی بیماری کا علاج مسمریزم کے ذریعے ممکن ہے ۔

علاج:

مریض کو آرام دہ حالت میں بستر پر لٹا کر اس پر تنویمی نیند طاری کریں پھر 26 مرتبہ یہ جملہ دوہرائیں کہ " آئندہ تمہیں مروڑ نہیں ہوگا ۔" پھر 26 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اس پر دم کر دیں ۔ یہ علاج بھی 8 دن کرنا ہوگا ۔

ناتوانی : ADYNAMIA

اگر مسلسل بیماری کی وجہ سے کسی مریض میں توانائی کا فقدان پیدا ہو گیا ہو یا اسکی قوت حیات کمزور ہو گئی ہو تو اس کا علاج مسمریزم کے ذریعے بخوبی ہو سکتا ہے ۔

علاج:

مریض کو پیٹھ کے بل لٹا دیں اور اس سے کہیں کہ وہ آنکھیں بند کر کے

دو منٹ یہ تصور کرے کہ اس کی ہر سانس کے ساتھ نیلی شعاعیں اس کے جسم میں داخل ہورہی ہیں ۔ پھر اس پر تنویمی نیند طاری کرکے اسے ترغیب دیں کہ اس کی قوت حیات لمحہ بہ لمحہ بڑھ رہی ہے ۔32 مرتبہ یہ ترغیب دوہرائیں ۔ پھر 32 " اللہ ھو " پڑھ کر اس کے ماتھے پر دم کردیں انشاء اللہ وہ ٹھیک ہوجائے گا اور چلنے پھرنے لگے گا ۔

ناف کا ٹلنا : UMBILICUS AFFECTIONS

ناف ٹل جانے کی وجہ سے مریض کی طبیعت گری گری سی رہتی ہے ۔ کبھی متلی معلوم ہوتی ہے ۔ کھانے پینے کو دل نہیں چاہتا ۔ بلڈپریشر لو ہوجاتا ہے ۔ یہ بیماری کیوں ہوتی ہے میڈیکل سائنس کے پاس اسکا جواب نہیں ہے ۔ بہرحال یہ بیماری ہوتی ضرور ہے ۔ اسکا علاج مسمریزم کے ذریعے ممکن ہے ۔

علاج:

مریض کو آرام دہ حالت میں لٹا دیں ۔ کمرے میں سبز بلب روشن کریں ۔ اس پر سبز چادر ڈالیں ۔ بذریعہ ترغیب اس پر تنویمی نیند طاری کریں ۔ پھر اسکے پیٹ پر ناف کے مقام پر ہاتھ اس طرح پھیرنا ہے کہ ہاتھ پیٹ اور ناف سے کم از کم 3 انچ اونچا رہے ۔ پھر یہ جملہ 81 مرتبہ دوہرائیں کہ " تمہاری ناف کا نظام اپنی اصل حالت میں ہے ۔" پھر 81 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اسکے مقام ناف پر دم کردیں ۔ علاج کی مدت ایک سے 9 یوم ہے ۔

نامردی : IMPOTENCE

اس بیماری میں مرد کی مردانہ قوت کمزور پڑجاتی ہے اور وہ مباشرت کے قابل نہیں رہتا ۔ اس بیماری کا علاج مسمریزم میں ہے ۔

علاج:

مریض کو آرام دہ حالت میں لٹا کر اس پر سبز کپڑا ڈال دیں اور اس پر تنویمی نیند طاری کرنے کے بعد یہ ترغیباتی جملہ 46 مرتبہ دوہرائیں کہ " تمہاری مردانہ قوت بحال ہوچکی ہے ۔" پھر 46 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اس پر دم کردیں ۔ 10 دن لازمی علاج کریں ۔ انشاء اللہ نامردی دور ہوجائے گی ۔

نقرس : ARTHORITIS

یہ جوڑوں کی سوزشی کیفیت ہوتی ہے ۔ سوزش کی وجہ سے جوڑوں میں درد محسوس ہوتا ہے ۔ مریض بعض اوقات بہت اذیت محسوس کرتا ہے ۔ اس بیماری کا علاج مسمریزم میں آسانی سے ممکن ہے ۔

علاج:

مریض کو آرام دہ حالت میں بٹھا کر اس پر تنویمی نیند طاری کریں ۔ پھر " اللہ ھو " 50 مرتبہ پڑھ کر دم کردیں اور یہ ترغیب 50 مرتبہ دوہرائیں کہ " اس کے جوڑوں میں سوزش اور درد بالکل نہیں ہے ۔" کم از کم 5 دن یہ علاج لازمی کریں تاکہ مریض مکمل طور پر صحت مند ہوجائے ۔

ورم اورطہ : AORTITIS

اورطہ یا شریانی کبیر کی سوزشی حالت ہوتی ہے ۔ یہ حالت سفلس اور گھنٹیے کے بخار کی وجہ سے ہوتی ہے ۔ اس کا علاج مسمریزم کے ذریعے ممکن ہے ۔

علاج:

مریض کو آرام دہ بستر پر لٹا کر اس پر نارنجی کپڑا ڈال دیں اور یہ ترغیب دیں کہ " اس کی شریان کبیر میں ورم نہیں ہے ۔" یہ ترغیبی جملہ کم از کم 39

مرتبہ دوہرائیں ۔ ساتھ ہی ساتھ 39 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اس کے مقام قلب پر دم بھی کردیں ۔

ورم باریطون : PERITONITIS

مریض کے پیڑو میں ورم ہوجاتا ہے ۔ اسکی وجہ سے معدے کا السر مثانے کی پتھری ، ہرنیا کا بڑھ جانا ، آتشک وغیرہ ممکن ہے ۔ عام طور پر خواتین اس بیماری کا شکار زیادہ ہوتی ہیں ۔

علاج:

مریض یا مریضہ کو آرام دہ حالت میں لٹا کر اس پر سبز چادر ڈال دیں ۔ مریض کے کمرے میں سبز بلب روشن کریں ۔ پھر تنویمی نیند طاری کرکے جس وجہ سے بھی ورم ہو اسکے دور ہونے کی ترغیب دیں اور 64 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر مقام ناف پر دم کردیں ۔ 10 دن مسلسل علاج کریں ۔

ورم درجک : HOUSEMAID's KNEE

گھٹنے کی بہت زیادہ دائمی سوجن ۔ اس میں گھٹنے کی جلد سرخ ہوجاتی ہے اور اس پر سوجن ہوتی ہے ۔

علاج:

مریض پر تنویمی نیند طاری کرکے یہ جملہ دوہرائیں " تمہارے گھٹنے کی سوجن ختم ہورہی ہے ۔" یہ جملہ 58 مرتبہ دوہرائیں پھر 58 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر اس پر دم کریں ۔ 13 دن کا علاج ہے ۔

ہیجان : SENSATION

یہ ایک نفسیاتی کیفیت ہوتی ہے ۔ اس بیماری میں ایک غیر مرتکزی احساس پیدا ہوتا ہے ۔ جو اندرونی نفسی ذرائع سے پیدا ہوتا ہے ۔ اور اسکا جسمانی ہیجان سے کوئی تعلق نہیں ہوتا ۔ اس بیماری میں بھی تنہائی میں اور کبھی مجمع میں بہت زیادہ گھبراہٹ پیدا ہوجاتی ہے ۔ مسمریزم کے ذریعے اسکا علاج آسان ہے ۔

علاج:

مریض پر تنویمی نیند طاری کریں ۔ اس پر سفید یا سبز کپڑا ڈالیں ۔ اسکے کمرے میں سبز روشنی کریں ۔ پھر 35 مرتبہ یہ جملہ دوہرائیں کہ " آئندہ بہت زیادہ جذباتیت پیدا نہ ہوگی ۔" پھر 35 مرتبہ " اللہ ھو " پڑھ کر مریض پر دم کردیں ۔ یہ علاج مسلسل 8 دن کریں ۔

تمت بالخیر

اختتامیہ

میں اُپنے خالق و مالک کی عظمت و برتری کا اعتراف کرتا ہوں کہ اسی کی عطا کردہ توفیق سے میں اس قابل ہوا کہ غیر محسوس اور مشاہدہ میں نہ آنے والی چیزوں کو سمجھ سکتا ہوں۔

میں نے کوشش کی ہے کہ علم مسمریزم کو نوع انسانی کے لئے نفع بخش کشش انگیز اور حسن وتناسب کے شاہکار کے طور پر پیش کرسکوں ۔ میری یہ کوشش کس حد تک نوع انسانی کے لئے مفید ہوگیٔ اسکا اندازہ آنے والے زمانے میں ہوسکے گا۔

اس کتاب کی تیاری کے تمام مراحل کو باربار پرکھا گیا ہے لیکن اگر پھر بھی بشری کمزوریوں سے کچھ غلطیاں یا خامیاں رہ گئی ہوں تو امید کامل ہے کہ قارئین راہنمائی کردیں گے تاکہ آئندہ اشاعتوں میں انہیں درست کیا جاسکے ۔

یاد رکھیئے اس کائنات میں ہر شے انسان کے لئے تابع کردی گئی ہے ۔ اسلئے اس علم پر عبور حاصل کرنا چنداں مشکل نہیں ۔ صرف شرط یہ ہے کہ آپ اللہ کے سوا کسی اور کے آگے نہ جھکیں ۔

والحمدللہ اولاً وآخراً ، وصلی اللہ علی سیدنا محمد وسلم

طبی اشاریہ

صفحہ نمبر	اردو عنوانات	اردو تلفظ	انگریزی عنوانات	نمبر شمار
105	لڑکھڑاتی چال	لوکوموٹراٹکیسا	LOCOMOTOR ATAXIA	67
69	خبط	مانیا	MANIA	68
66	جلق کے بداثرات	ماسٹر بیشن ال افکیٹ	MASTURBATION ILL EFFECTS	69
92	شقیقہ	میگرین	MEGRIN	70
107	مالیخولیا	میلن چولیا	MELANCHOLIA	71
75	دردگردہ	نیفرالجیا	NEPHRALGIA	72
93	ضعف اعصاب	نیورستھینیا	NEURASTHENIA	73
67	چشمک زنی	نکٹالوپا	NICTALOPA	74
107	ماضی پرستی	نوسٹالجیا	NOSTALGIA	75
90	شبق النساء	نیمفو مانیا	NYMPHOMANIA	76
100	فربہی	اوبی سیٹی	OBESITY	77
61	بصری التباس	آپٹیکل الوزن	OPTICAL ILLUSIONS	78
70	خفقان	پلپی ٹیشن	PALPITATION	79
106	لوزالمعدہ	پنکریاز افکشن	PANCREAS AFFECTION	80
98	فالج	پیرالائسس	PARALYSIS	81
53	ادھرنگ	پیراپلجیا	PARAPLEGIA	82
61	بلاجر	پلاجرا	PELAGRA	83
96	غلاف قلب کی سوزش	پیری کارڈیلٹس	PERICARDITIS	84
52	آماس	پیری اوس ٹی ٹس	PERIOSTITIS	85
114	ورم باریطون	پیری ٹونی ٹس	PERITIONITIS	86
71	خفیف مرگی	پیٹٹ مال	PETITMAL	87

صفحہ نمبر	اردو عنوانات	اردو تلفظ	انگریزی عنوانات	نمبر شمار
70	خبط/خوف	فوبیا	PHOBIA	88
94	ضیاترسی	فوٹوبھیبیا	PHOTOBHIBIA	89
80	ذات الجنب	پلیوریسی	PLEURISY	90
83	رنگین بھوت	پولی کروم اسپکٹرا	POLYCHROME SPECTRA	91
88	سلسل البول	پولی یوریا	POLYURIA	92
74	دائم خیزی	پاری آپسم	PRIAPISM	93
89	سیلاب دھن	پٹائلزم	PTYALISM	94
85	سبق الرجال	ساتیریاسس	SATYRIASIS	95
89	سیلان شحم	سیبورھویا	SEBORRHOEA	96
57	انحطاط کبرسنی	سینائل ڈکے	SENILE DECAY	97
115	ہیجان	سینشن	SENSATION	98
109	مرض النوم	سیلپنگ سک نیس	SLEEPING SICKNESS	99
63	بےخوابی	سلیپ لس نس	SLEEPLESSNESS	100
72	خواب خرامی	سومنابولزم	SOMNABULISM	101
65	جریان	اسپرماٹورھویا	SPERMATORRHOEA	102
54	اسٹیج گھبراہٹ	اسٹیج فرائٹ	STAGE FRIGHT	103
58	بانجھ پن	اسٹریلیٹی	STERILITY	104
64	تقاطرالبول	اسٹرین گاری	STRANGURY	105
79	دورہ غش	سائن کوپ	SYNCOPE	106
111	مروڑ	ٹینس مس	TENESMUS	107
103	کان بجنا	ٹائی ٹیٹس	TINNITUS	108
56	التواءالعنق	ٹوری ٹی کولیس	TORITICOLLIS	109

صفحہ نمبر	اُردو عنوانات	اُردو تلفظ	انگریزی عنوانات	نمبر شمار
102	فک بستگی	ٹرائس مس	TRISMUS	110
109	مرض سل	ٹیوبرکولیس	TUBERCULOSIS	111
81	رسولی	ٹیومرز	TUMORS	112
56	السر	السر	ULCER	113
112	ناف کاٹلنا	امبلی کس افیکشنز	UMBILICUS AFFECTIONS	114
78	دوسران سر	ورٹیگو	VERTIGO	115
104	گلٹی	وینز	WENS	116
103	کلائی کا درد	ریسٹ ریومائزم	WRIST RHEUMATISM	117
95	عسر کتابت	رائٹرز کریمپ	WRITER'S CRAMP	118
98	غیر ترسی	زینوفوبیا	XENOPHOBIA	119
84	زولنر اتباس	زولنر الوژن	ZOLLNER ILLUSION	120

حوالہ جات

اس کتاب کی تیاری میں مندرجہ ذیل کتب میرے زیر مطالعہ رہیں اور کہیں کہیں ضرورت کے مطابق ان سے استفادہ کیا گیا ہے۔

1- قرآن حکیم

2- جمع الفوائد (مجموعہ احادیث)

3- Encyclopedia . Joy of Knowledge

4- Encyclopedia of Medical Astrology

5- Materia Mediea by Boric

6- Dictionary of Psychology by Arthurs Reber

7- Dictionary of Psychology

8- Human Memory by Alan Baddely

9- Cognition by Arnold Lewis

ڈاکٹر فرقان سرمد

☆......انعامی اسکیموں، شیئرز، پرائز بانڈز، لاٹری، معمہ جات وغیرہ پر ڈاکٹر فرقان سرمد کی تحقیقی شاہکار کتاب ہے۔

☆......اس کتاب کے مطالعے سے آپ علم نجوم کی کاسمک شعاعوں، علم الجفر کی صوتی اور صورتی ارتعاش، علم الاعداد کے قانون، علم الساعات کے ادوار اور دیگر پُراسرار علوم کے حقائق کو بھی سمجھ سکیں گے۔

☆......معمولی سی محنت سے ہر طرح کے انعامات کے حصول میں شریک ہونے کے قابل ہو جائیں گے۔

☆......اس کتاب میں پہلی مرتبہ اسٹاک ایکسچینج، گولڈ ایکسچینج سے فائدہ حاصل کرنے کا طریقے بتایا گیا ہے۔

☆......بنگو لاٹری جرمنی، سپر لوٹو لاٹری امریکہ، کیلیفورنیا لاٹری امریکہ اور نیشنل لاٹری انگلینڈ میں کامیابی کا طریقہ بھی بتایا گیا ہے۔

☆......گھوڑوں کی ریس اور پرندوں، جانوروں اور مچھلیوں کی شکار کے گُر بھی بتائے گئے ہیں۔

اس کتاب کا مطالعہ پہلی فرصت میں کریں۔ کہیں ایسا نہ ہو کہ آپ ہاتھ ملتے رہ جائیں۔ تعداد محدود ہے۔

قیمت -/100 روپے

ڈاک خرچ -/20 روپے

ناشر: مکتبہ احیائے علوم۔ شاپ نمبر 10 ہنی پیلس، SB-3، بلاک C-13، مین یونیورسٹی روڈ، گلشن اقبال کراچی 75300

کا مطالعہ ازبس ضروری ہے کیونکہ اس میں

ذاتی حالات، بین الاقوامی حالات، گھریلو حالات، مالی حالات، معاشرتی و سوشل پوزیشن، کاروبار، ملازمت، ترقی، دولت، شہرت، صحت، شراکت، دوست، محبت، شادی، سفر، تعلیم، مقدمہ اور اولاد وغیرہ کی تفصیل دی گئی ہے

0 تمام استخراجات عربی طریقہ کار اور پاکستان کے معیاری وقت (PST) کے عین مطابق شام 5 بجے کا وقت لیا گیا ہے۔

0 شمس کا طول البلد ایک سیکنڈ قوس (ARC) سے دیا گیا ہے

0 کوکبی وقت 0.1 سیکنڈ تک کا دیا گیا ہے

0 رجعت واستقامت، نظرات، ممازجات، قمر

0 نظرات کے اثرات، کسوف، خسوف، شرف و ہبوط کواکب

0 اشکال قمر وقت اور منطقۃ البروج کی پوزیشن کے حساب سے دیئے گئے ہیں

0 زائچہ بنانے کا آسان ترین طریقہ

0 اس تقویم میں کواکب کی پیش روی، زمین کی قلبی "جنبش جو سطحی پوزیشن کے ارد گرد ہوتی ہے اور اضافت (چہار بعدی زمان و مکان کے سلسلے) پر اثرات بھی شامل ہیں۔

0 اس میں انسانی غلطی تقریباً نہ ہونے کے برابر ہے

0 رفتار کواکب کے صفحات میں کواکب کے طول البلد ایک قوس (ARC) کے اعشاریہ ایک منٹ کے حساب سے دیئے گئے ہیں جو بلاشبہ ایک معیاری کارنامہ ہے۔

0 قمر کا طول البلد ایک سیکنڈ قوس (ARC) صبح 5 بجے اور شام 5 بجے دیا گیا ہے۔

0 عیسوی، ہجری، بکرمی مہینوں کی تاریخیں دی گئی ہیں۔

0 تحویلات کواکب فی البروج، منسوبات کواکب، منسوبات بروج

0 تفاوت الوقت، تسویۃ البیوت (Table of Houses)

0 روز مرہ مناسبہ سلسلہ لوگارتھم

0 عملیات، طلسمات، نقوش اور وظائف کے اوقات

0 اس میں کواکب کی حقیقی پوزیشن کو پیش کیا گیا ہے

0 جتنی بھی تقاویم و حساب ہیں ان سب کی نسبت یہ سب سے زیادہ درست ہے اس لیے کہ آرٹ کمپیوٹر ٹیکنالوجی کی مدد سے تمام رفتار لکھے گئے ہیں۔

0 اس کا استعمال بہت آسان ہے

☆ ان کے علاوہ بہت سے دلچسپ اور نایاب مضامین شامل ہیں۔

☆ صاف، خوش خط اور آسان لکھائی کی وجہ سے پڑھنے میں دشواری نہیں ہوتی ہے

☆ اسے ڈاکٹر فرقان سرمد نے مرتب کیا ہے جو ایک ممتاز سائنس دان ہیں اور گلوبل ایسٹرو ریسرچ ایسوسی ایشن کے تحت بین الاقوامی سطح پر کام کر رہے ہیں

ملنے کا پتہ:
مکتبہ احیائے علوم
معرفت۔ پوسٹ بکس نمبر
8178 کراچی 75950

قرآنی سورتوں کے خواص اور اعمال پر ڈاکٹر فرقان سرمد کی شاہکار کتابیں۔

نیل القرآن حصہ اول

اس کتاب میں حضرت ڈاکٹر فرقان سرمد مدظلہ نے اپنے ذاتی تجربات، خاندانی مجربات اور نایاب عملیات کو جدید تحقیق کے بعد آسان زبان میں تفصیل سے لکھا ہے۔

- روحانیت کے بنیادی قواعد کو پہلی مرتبہ یکجا کر کے پیش کیا گیا ہے۔ اس کتاب کے مطالعے سے آپ خود بھی ایک اچھے عامل بن کر خدمت خلق کر سکتے ہیں۔
- سر سے لے کر پیر تک کے جملہ امراض کا روحانی علاج قرآنی آیات سے بتایا گیا ہے۔
- رسول اللہ کی زیارت اور شفاعت کا طریقہ بتایا گیا ہے۔
- روحانی صلاحیت میں ترقی، کشف العلوم کا طریقہ بتایا گیا ہے۔

صفحات۔ 180
قیمت 125روپے
محصول ڈاک 20روپے

تعداد محدود ہے۔ کاغذ آفسٹ۔ سرورق دیدہ زیب۔

نیل القرآن حصہ دوم

قرآنی سورتوں کے خواص پر یہ کتاب پہلی کتاب کی کڑی ہے۔ اس منفرد کتاب میں

- اسرار الٰہی کے انکشافات
- پراسرار قوت کے حصول کا طریقہ
- خدا کے دیدار کا طریقہ
- شفائی قوت حاصل کرنے کا طریقہ
- کشف کی صلاحیت پیدا کرنے کا طریقہ
- زمان و مکان کی قید سے آزادی حاصل کرنے کا طریقہ
- اس کتاب میں 247 روزمرہ کے مسائل اور ان کا حل قرآنی آیات سے تجویز کیا گیا ہے۔

تعداد محدود ہے۔ کاغذ آفسٹ سرورق دلکش۔ صفحات 128 ہدیہ 100روپے۔ محصول ڈاک 20روپے۔

نیل القرآن حصہ سوم

یہ کتاب دراصل قرآنی عملیات کا لاثانی خزانہ اور سراسر رازوں کا ایک انسائیکلوپیڈیا ہے
اس منفرد کتاب میں 212 روزمرہ کے مسائل اور ان کا قرآنی حل پیش کیا گیا ہے۔
چند عنوانات یوں ہیں

احتلام سے نجات۔ اڑی مشکل دور ہو، افسر مہربان ہو، امتحان میں کامیابی، بانجھ پن کا علاج، بدمزاجی دور ہو۔ بھاگے ہوئے کی واپسی، پاگل پن اور نفسیاتی بیماریوں کا علاج، کاروبار میں ترقی، حادثات سے حفاظت، دشمن کی تباہی، دعا قبول ہو، رسول اللہ ﷺ کی زیارت، غائب کی واپسی، مراد پوری ہو وغیرہ وغیرہ

تعداد محدود ہے۔ آفسٹ کاغذ، سرورق خوبصورت، صفحات 112۔ ہدیہ 75روپے ڈاک خرچہ 20روپے۔

نوٹ: تینوں حصے ایک ساتھ طلب کرنے پر -/250 روپے کی رعایتی قیمت ہے۔ اور ڈاک خرچہ بھی ہمارے ذمے

دفتر ماہنامہ اوج روحانی، شاپ نمبر 10، ہنی پیلس SB-3 بلاک 13-C
مین یونیورسٹی روڈ۔ گلشن اقبال، کراچی۔ 753000

یادداشت

HEALTH WEALTH HAPPINESS

ہر انسان خود سے سوال کرتا ہے کہ کیا اس میں ایسی پاورز موجود ہیں جن کے بلبوتے پر وہ سب سے زیادہ کامیاب، صحتمند، خوش اور پُرسکون ہو سکے۔ آیئے ہمارے ساتھ مل کر اپنی پاورز کو جانیے اور EXPLORE کیجیئے۔ دنیا کی سب سے پاورفل سمدا ہیلنگ انرجی سیکھیے۔ اپنے مسائل کو حل ہوتا ہوا دیکھیے اور سالہا سال کی بیماریوں COMPLEXES اور FRUSTRATION کو مٹایئے سمدا زندگی کی شفائی توانائی ہے ہم اسی LIFE HEALING ENERGY کے بیلنس سے صحتیاب اور پُرسکون رہتے ہیں اس بیلنس کی خرابی سے انسان بیماریوں کا گڑھ بن جاتا ہے۔ سمدا ایک HANDS ON HEALING METHOD ہے جو ہر SIDE EFFECT سے پاک ہے۔ جیسے سیکھنے کے لیے سمدا ماسٹر ٹریز کی ضرورت ہوتی ہے۔ سمدا ماسٹر آپکی اندرونی انرجی کو ایکٹیویٹ کرتے ہیں۔ اس کو اٹیونمنٹ (Attunement) یا مطابقت کہا جاتا ہے۔ Attunement کے بعد ہی بہت سارے لوگ اپنے اندر انقلاب دیکھ لیتے ہیں۔ سہارا لے کہ چلنے والے اپنے پاؤں پر کھڑے ہو جاتے ہیں۔ ڈپریشن Complexes اور Frustrations ختم ہو جاتے ہیں اور نئی زندگی کی ابتدا ہوتی ہے اور Chronic Diseases ٹھیک ہو جاتے ہیں۔ اور آپ اپنے اور دوسروں کے علاج کے قابل بن جاتے ہیں۔

تصور کیجیے آپ اپنے وقت اور پیسے کی کتنی بچت کرلیں گے جب آپ سمدا سیکھ لیں گے۔ **سمدا کے بارے میں مزید جانتے ہیں۔**

1۔ سمدا سیکھنا انتہائی آسان ہے اسے اٹیونمنٹ کے ذریعے بچے، جوان اور بوڑھے سیکھ سکتے ہیں

2۔ سمدا کا سٹوڈنٹ گھریلو اور آفس کے ماحول میں دوسروں سے زیادہ کامیاب اور باصلاحیت ہوتا ہے

3۔ سمدا کافی حد تک ریکی (Reiki) سے مماثلت رکھتا ہے جبکہ سمدا تمام طریقہ علاج سے انتہائی پاورفل ہے۔ اور یہ ایک Positive Energy ہے جسکا کسی مذہب سے کوئی تعلق نہیں ہے۔

4۔ سمدا پریکٹیشنر کی شخصیت جاذب نظر اور Relax ہوتی ہے اور وہ بہت پرکشش ہوتا ہے۔

5۔ حسد، جلن، Negative سوچ کے لوگوں کی Negativity گھریلو لڑائی جھگڑوں اور نظر بد، جادو ٹونے جیسے مسائل سمدا سیکھ کر ٹھیک کیے جاسکتے ہیں۔

6۔ سمدا پریکٹس کرنے والے سکول، کالجز اور یونیورسٹی سٹوڈنٹس کے IQ لیول اور رزلٹس میں بہت بہتری آ جاتی ہے۔ اور پڑھائی کا شوق بڑھتا ہے۔

سمدا ہیلنگ انرجی ریکی اور دیگر غیر روایتی معالجاتی ٹریننگ کے لیے ان نمبرز پر رابطہ کریں سمدا اینڈ ریکی ٹریننگ ماسٹر ملک ارسلان

0313-5224227 , 0345-5090290